సంధ్యావందనము

Phone No. 5212

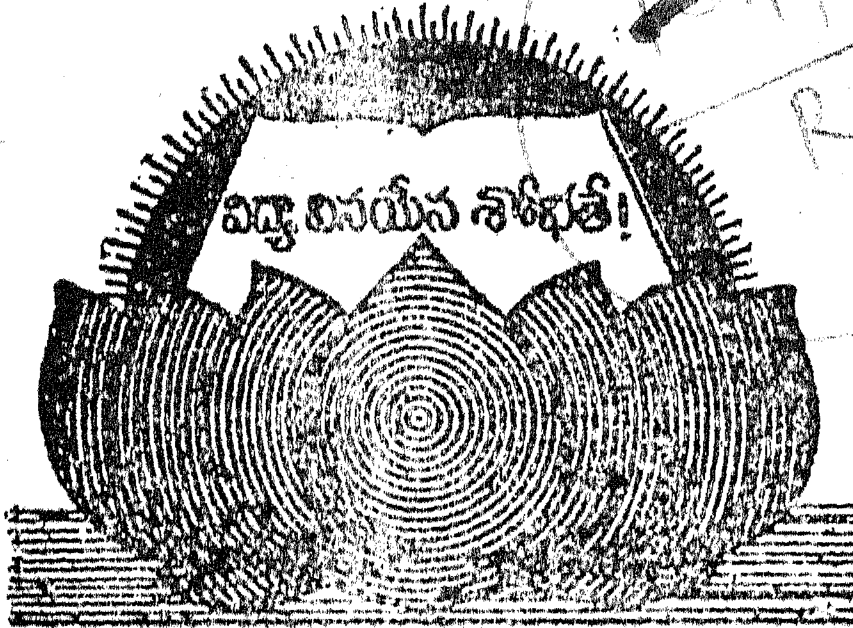
జ్యోతిషాగమ శాస్త్ర పండిట్

M. సత్యనారాయణ శాస్త్రి

శ్రీ విద్యా జ్యోతిష కేంద్రమ్,

H.No. 1-35-39, మల్లాదివారి వీధి,

నాజర్‌పేట, తెనాలి-522 20



Phone No. : 08644-23037.



జనప్రియ పబ్లికేషన్స్

అగ్నికులక్షత్రియులవారివీధి-II, గంగానమ్మపేట, తెనాలి-1.

SANDHYAA VANDANAMU

By : M. Satyanarayana Siddhanti

ముద్రణ : ఏప్రిల్, 1995.	Edition : April, 1995.
అన్ని హక్కులు : జనప్రియ పబ్లికేషన్స్, తెనాలి-వారివి.	All rights reserved by : Janapriya Publications-Tenali.
వెల : రూ॥ 15-00.	Price : Rs. 15-00.
ముఖ చిత్రము : వి. ఎస్. ప్రకాష్, విజయవాడ-3.	Cover Design : V.S. Prakash, Vijayawada-3.
ముద్రణ : పవన్ ప్రింటర్స్, తెనాలి-1.	Printed at : Pavan Printers, Tenali-1.
ముఖచిత్ర ముద్రణ : శక్తి ప్రాసెస్, మద్రాస్-21.	Cover Printers : Sakthi Process, Madras-21.

ప్రతులకు : For Copies :

Janapriya Publications,
Agnikula Kshatriyula vari Street-II,
Ganganamma Pet, T E N A L I-522 201.

విషయ సూచిక

ఓమ్

ముందుమాట

శ్లో॥ వేదోదితం స్వకం కర్మ నిత్యంకుర్యా దతంద్రితః।
తద్ధి కుర్వన్ యథాశక్తి ప్రాప్నోతి పరమాంగతిమ్॥

ఈ భరతఖండము- కర్మభూమి! భారతీయులు- కర్మసిద్ధాన్త వర్తనులు!! సనాతనములగు వైదిక కర్మలు- వీరి జీవనవిధానములందు కలసిపోయి, భారతీయులు వైదికులుగా ఖ్యాతిగాంచినారు. కాలగమనంలో సంభవించే కొన్ని సాంఘిక పరిణామములవల్ల- కొన్ని కొన్ని ప్రాంతములందు వైదిక మత సిద్ధాన్తము....తత్కర్మాచరణలు లోపించి, కీణించినప్పటికీ అప్పృతమగు వేదాచారములు పునః ప్రదీపితములగుచు- కర్మ సిద్ధాన్తము, వైదిక కర్మాచరణములు సర్వకాలములందు ఆచరించబడుచునే యున్నవి. ఇట్టి వేదోదిత కర్మలను- ఇంద్రియ నిగ్రహము కల్గి ప్రతిదినము ఆచరించుట వలన- ఆత్మజ్ఞానముచే పరిశుద్ధులై, జనులు ఉత్తమ గతుల నందగలరని వ్యాసాది మహర్షులు దెల్పియున్నారు.

శ్లో॥ సంధ్యా స్నానం జపో హోమో దేవతానాంచ పూజనం।
ఆతిథ్యం వైశ్వదేవం చ షట్కర్మాణి దినే దినే॥

పరాశరస్మృతియందు- ప్రతివారికి నిత్యము ఆచరించవలసిన ముఖ్య కర్మలు ఆరుగా దెలుపబడినవి. ఇందు : 1) సంధ్యావన్దనము, 2) స్నానము 3) జపము, 4) హోమము, 5) దైవపూజ [దేవతార్చన], 6) ఆతిథ్యము (వైశ్యదేవము) అనునవి ముఖ్యమగు షట్కర్మలు! స్నానము ద్వారా శరీరశుద్ధి చేకూరుటయేగాక, స్నానాంగమగు- దేవఋషి, పితృ తర్పణముల వలన- దేవతలు, ఋషులు, పితృదేవతలు తృప్తి నందగలరు. 'సన్ధ్యావన్దన' మను కర్మ- దివారాత్రులయొక్క- సంధులందు ప్రత్యక్ష పరమాత్మయగు- సూర్యుని ఉద్దేశించి ఆచరింపబడునది. యిందు సవితాత్మకమగు- గాయత్రీ, సావిత్రీ, సరస్వతీ యనబడు శక్తులు ఉపాశించదగినవారై -సన్ధ్యావన్దన మాచరించువారికి....ఓజస్సు, బలము, తేజస్సు ఆత్మశక్తి, ఆయురారోగ్యములను

ప్రసాదించగలదు. మరియు ఈ కర్మాంగమగు అర్ఘ్య ప్రదానము వలన- సూర్యగమనము నడ్డగించు, మందేహాదులను- రాక్షసులు పారద్రోలబడి; సూర్యగమనము- నిరాటంకమగుటవలన....సూర్యానుగ్రహముకల్గి, కర్మిష్ఠులగు వారు- బ్రహ్మవర్చస్సును పొందగలరు.

"జప"మనునది- ఈశ్వరతత్త్వమును ప్రతిపాదించుచు, జితేంద్రియులై, ఆత్మసాక్షాత్కారమునందుటకు ఉద్దేశింపబడిన కర్మ! సర్వాగ్ర్యమగు- 'గాయత్రీ జపము'న కంటె ఈ జపము భిన్నమైనది. వైదిక, లౌకిక, తాంత్రిక భేదములతో నలరారు నీ జపములందు- వేదప్రోక్తములగు- వైదిక మంత్ర జపములే- ప్రశస్తములైనవి!! 'హోమ'మనగా- నిత్యము జరుపదగిన- ఔపాసన కార్యము (ఆహితాగ్ని నిర్వహణ)! దీనిని జరుపుచుండుటవలన పరమాత్మయందు, బ్రహ్మజ్ఞానము నందు శ్రద్ధ; మేధాశక్తి, అఖండకీర్తి, ప్రజ్ఞ, విద్య, బలము, తేజము, ధనము, ఆరోగ్యము, ఆయుష్యము ప్రాప్తించగలవు.

దేవతార్చన (దైవపూజ): తల్లి, తండ్రి, గురువు- నిజ ప్రత్యక్ష దైవ స్వరూపులు! కావున- వారిని దేవతా భావముతో- గౌరవించి, తగిన విధముగా పూజింపవలె; మరియు... నిర్గుణ పరబ్రహ్మ తత్త్వావాప్తి సాధనగా- దైనందిన జపములగు దేవతా ప్రతిమాసనములను- నిత్యము షోడశోపచారములచే నర్చింపవలె; ఆతిథ్య, వైశ్వ దేవకర్మలు- గృహస్థులకు అవశ్యాచరణీయములు! భోజనాత్పూర్వము- విహిత పాకముచే- వేదోక్త మార్గముగా- 'భూతబలుల' నిచ్చుట వైశ్వదేవము! తదుపరి అతిథికై వేచి చూచి, ప్రయత్నపూర్వకముగా- అతిథిని పూజించి, శక్తికొలది భోజనమిడుట...., ఆతిథ్యము! ఈ ఆరుకర్మలు- ప్రతినిత్యము జరుపువారు ఆర్యోక్తి ననుసరించి, ఇహపర సుఖము లందగలరు.

"జ్ఞాత్వాకర్మాణికుర్వీత"యని దెల్పుటచే-కర్మ యొక్క....స్వరూప, స్వభావములను; ఆచరణా విధులను తెలుసుకొని- ఆ కర్మ నాచరించవలెనని దెలియుచున్నది. నిత్య, నైమిత్తిక, కామ్య భేదములతో- కర్మలు కూడా ముత్తెరంగులుగా నున్నవి. స్నాన, సంధ్యావందనాది- కర్మాష్టకములు;

నిత్యకర్మలు, అగ్నిష్టోమాది శ్రౌతములు, వివిధ పరంకాలములకు సంబంధించిన కర్మలు, నైమిత్తిక కర్మలు; వ్రత దాన, మహోత్సవములాదిగా గలవి కామ్యకర్మలు- యిహలోక మనుజులకు పదునారు విధములైన (శ్రీ పదములని యెంచు సాంప్రదాయముల) సంస్కార కర్మలు గలవు. ఇవి- స్మార్త పరములై: గర్భాదానోప నయన వివాహాది సంస్కారములను తెలియ జేయును. "ఈ కర్మలన్నియు- ఆచరించుటకు సాధ్యమా ?" యను అనుమానము కలుగవచ్చును.

శ్లో॥ అనుగంతుం సదావర్త్మ కృత్స్నం యది నశక్యతే।
స్వల్ప మప్యను గంతవ్యం మార్గస్థో నాకసీదతి॥

అని చెప్పుట వలన- ఋషిప్రోక్తములగు నీవైదికకర్మల నన్నిటినీ ఆచరింపలేకున్నను- తమకు వీలు కలిగినంతవరకు (యథాశక్తిగా) కర్మల నాచరించవలెను. అజ్ఞానమువల్ల- కర్మమార్గమును దప్పకయుండి, వైదిక కర్మాచరణయందు భ్రష్టులు గాక యుండగలరు.

శ్లో॥ యోయమర్థం ప్రార్థయతే యదర్థం ఘటతేఽపి చ।
అవశ్యం తదవాప్నోతి నచే చ్ఛ్రాంతో నివర్తతే॥

కర్మాచరణయందు ఉత్సుకత కల్గినప్పుడు ఆ కర్మ నాచరించవలెను. చేయలేమేమో ! యను శంకతో కర్మను పరిత్యజించుట కంటె- చేయగలిగినంతవరకు చేయుచు, కర్మను విడనాడక ప్రయత్నింపుచుండిన- కోరిన కర్మఫలము తప్పక సిద్ధించగలదు. కర్మలను వదలి, వైదిక భ్రష్టులగుటకు గల కారణములు నాల్గు విధములుగా నుండగలవు !

శ్లో॥ కేచి దజ్ఞానతో నష్టాః కేచిన్నష్టా ప్రమాదతః।
కేచిత్ జ్ఞానావలేపేన కేచి నష్టైర్వి నాశితాః॥

కర్మల యొక్క విశిష్టత తెలియక- వాని నాచరించకపోవుట, కర్మల యొక్క విశిష్టత్వము నెరింగియు ఏవో కొరగాని కారణములచే నాచరించక పోవుట, తెలిసి- తెలియక విధిరహితముగా చేసి- "మేము చేసితిమ"ని గర్వం

చుట, విధివిధానములు తెలియకుండా కర్మల నాచరించెడి వారివలన తెలుసుకొని చేయుట- యను ఈ నాల్గు విధములు నష్టభ్రష్టత్వములను గూర్చగలవు. కావున- కర్మ స్వరూపమును, ఆచరణా విధులను, వైదికమార్గయుక్తములగు వానిని పెద్దలద్వారా తెలుసుకొని యథాశక్తి నాచరించినచో- ఇహ-పర సుఖములు నిస్సంశయముగా ప్రాప్తించగలవు.

ఈ గ్రంథమునందు- నిత్యోపయుక్తములగు....స్నానవిధి, సంధ్యావన్దన క్రమము; ఊర్ధ్వపుండ్ర, త్రిపుండ్ర ధారణా భేదములు; భస్మధారణా మాహాత్మ్యము, ధారణా విధానము; రుద్రాక్ష మహిమ, రుద్రాక్షల యొక్క వివిధ భేదములు, ఏకముఖమాది చతుర్దశ ముఖాంతము రుద్రాక్షల యొక్క ప్రభావము, ధారణావిధి; యజ్ఞోపవీత స్వరూపము, దానిని ధరించు విధానము; ఈ విధానములకు సంబంధించిన- విధి నియమములు- వ్యాసప్రోక్తములగు- పురాణ, ధర్మశాస్త్రాది గ్రంథముల ఆధారముగా- సర్వజనులకు అర్థమగు రీతిలో సమకూర్చబడినవి. కొన్ని సందర్భములలో- ముఖ్యమగు మంత్రములుకూడా దెలుపబడినవి. సంధ్యావన్దనాదుల యందు కృష్ణ యజుర్వేద మంత్రములు గ్రహించబడినవి. మంత్రములు- స్వర సహితములు కాన....గురుముఖముగా స్వరమును గుర్తెరింగి, ఆయా మంత్రములను ఉపయోగించుకొనవచ్చును. ఇతర నిత్య కర్మల యందలి- జప, హోమ, దేవతా పూజాదులగల విషయములు మరొక పుస్తకముగా ముద్రించుటకు సంకల్పించుటచే- ఇందు వాటిని విరమించటమైనది. చిన్నదైనను మిన్నయగు విషయములుగల నీ గ్రంథము- వైదికమతావలంబకులు, కర్మాచరణాభిలాషుల కత్యంతోపయుక్తము కాగలదనియు, పాఠకులు దీనిని సమాదరించగలరనియు విశ్వసింపుచు.... ఈ పుస్తక ప్రచురణకు ఉద్యుక్తులైన- "జనప్రియ పబ్లికేషన్స్ తెనాలి 522 201" వారు పాఠకుల కవసరమగు- యితర వైదిక గ్రంథములు కూడా త్వరలో ప్రచురించగలరని ఆశిస్తూ.... సెలవు గైకొనే........................ మీ...............

తెనాలి
25-12-'92

రచయిత
ఎమ్. సత్యనారాయణ సిద్ధాన్తి

ఓమ్

నిత్యస్నానవిధి

శ్లో॥ ఉత్తమంతు నదీ స్నానం తటాకే మధ్యమం స్మృతం।
కూపేస్నానంతు సామాన్యం భాండస్నానం వృథా భవేత్॥

శ్లో॥ నదీషు దేవ ఖాతేషు ప్రాత స్స్నాయాద్దినే దినే।
తదభావే తటాకేచ కూపేవా స్నానమాచరేత్॥

ప్రతిదినము ప్రాతః కాలమునందు శుద్ధ జలములందు స్నానమాచరించవలెను. నదులయందు, దేవతలచే నిర్మించ బడిన పుణ్యతీర్థములందు, నిరంతర ప్రవాహముగల ఇతర జలములందు అనుదినము స్నానమాచరించుట ఉత్తమవిధి. ఉత్తమనదీ- హ్రద ప్రవాహములు అందుబాటులో లేనప్పుడు చెరువులు, బావులలోని జలములయందు స్నానమొనర్చ వలెను. భాండములందు పట్టియుంచిన నీటిచే స్నానమొనర్చుట నిష్ఫలప్రదము. ప్రారంభంలో గంగాధ్యానము గావింపుచు నీటిలోనికి ప్రవేశించవలెను.

గంగాధ్యానము

శ్లో॥ గంగా గంగేతియో బ్రూయా ద్యోజ నానాం శతైరపి।
ముచ్యతే సర్వపాపేభ్యో విష్ణులోకం సగచ్ఛతి॥
అమృ త్యద్దర్శనా న్మృక్తిర్న జానే స్నానజలఫలం।
స్వర్గారోహణ సోపానే మహా పుణ్య తరఙ్గిణీ॥
విశ్వేశం మాధవం ఢుండిం దణ్డపాణించ భైరవమ్।
వన్దే కాశీం గుహాం గంగా మ్భవానీం మణి కర్ణికామ్॥

అతితీక్ష్ణ మహాకాయ కల్పాన్త దహనోపమ।
భైరవాయ నమస్తుభ్య మనుజ్ఞాం దాతుమర్హసి॥
త్వం రాజా సర్వతీర్థానా స్త్వమేవ జగతః పితా।
యాచితో దేహిమే తీర్థం సర్వపాపాప నుత్తయే॥
యోఽసౌ సర్వగతో విష్ణుశ్చిత్స్వరూపీ నిరంజనః।
స ఏవ ద్రవరూపేణ గంగాంభో నాత్ర సంశయః॥
నన్దినీ నలినీ సీతా మాలినీ చ మహాపగా।
విష్ణుపాదాబ్జ సంభూతా గంగా త్రిపథగామినీ॥
భాగీరథీ భోగవతీ జాహ్నవీ త్రిదశేశ్వరీ।
ద్వాదశైతాని నామాని యత్ర యత్ర జలాశయే॥
స్నానకాలే పఠేన్నిత్యం మహాపాతక నాశనమ్॥

బొడ్డు లోతుగల నీటియందు నిలచి, సిగను రెండుగా విడదీసి; చెవులు, ముక్కు మూసుకొని మూడు పర్యాయములు జలమునందు మునిగి, పునరాచమనమును జేసి, సిగను ముడి వేసుకొని, తిరిగి స్మృత్యాచమనము గావించి, ప్రాణాయామమును జేసి, సంకల్పమును ఈ క్రింది విధముగా జెప్పుకొనవలెను

శుభే శోభనే అభ్యుదయ ముహూర్తే శ్రీ మహావిష్ణో రాజ్ఞయా ప్రవర్తమానస్య అద్య బ్రాహ్మణః, ద్వితీయ పరార్థే, శ్వేత వరాహకల్పే, వైవస్వత మన్వంతరే, కలియుగే, ప్రథమపాదే, జంబూద్వీపే, భరతవర్షే, భరతఖండే, మేరోర్ద

క్షిణదిగ్భాగే శ్రీశైలస్య...ప్రదేశే...మధ్యదేశే...నదీసన్నిధౌ అస్మిన్ వర్తమాన వ్యావహారిక చాంద్రమాన...సంవత్సరే... అయనే...ఋతౌ...మాసే...పక్షే...తిథౌ...వాసరే, శుభ నక్షత్ర శుభయోగ శుభకరణ ఏవంగుణ విశేషణ విశిష్టాయాం శుభతిథౌ, శ్రీ పరమేశ్వర ముద్దిస్య శ్రీ పరమేశ్వర ప్రీత్యర్థం ప్రాత స్స్నాన మహం కరిష్యే॥

(ఉంగరపు వ్రేలితో నీరు తాకవలెను.)

ఈ క్రింది సూక్త మంత్రములు పఠించవలెను.

మం॥ హిరణ్య శృంగం వరుణం ప్రపద్యే తీర్థం మే దేహి యాచితః। యన్మయా భుక్త మసాధూనాం పాపేభ్యశ్చ ప్రతిగ్రహః। యన్మే మనసా వాచా కర్మణావా దుష్కృతం కృతమ్। తన్న ఇన్ద్రో వరుణో బృహస్పతి స్సవితా చ పునన్తు పునః పునః॥

(ఈ క్రింది మంత్రములు పఠించుచు జలములు మీద చల్లుకొన వలెను.)

మం॥ : ఓం ఆపోహిష్ఠా మయోభువ స్తాన ఊర్జే దధాతన। మహేరణాయ చక్షసే। యోవశ్శివ తమో రస స్తస్య భాజయతే హనః। ఉశతీరివ మాతరః। తస్మా అరఙ్గ మామ వో యస్యక్షయాయ జిన్వథ। ఆపోజన యథా చనః॥

ఓం హిరణ్య వర్ణా శుచయః పావకా యాసు జాతః కశ్యపోయాస్వింద్రః। అగ్నిం యా గర్భన్దధిరే విరూపా స్తాన ఆప శగ్గ్ స్యోనా భవన్తు। యా సాగ్ం రాజా వరుణో యాతి

మధ్యే సత్యానృతే అవపశ్యన్ జనానాం మధుశ్చుత శ్శుచ యోయాః పావకాస్తాన ఆపశ్శగ్గ్ స్యోనాభవన్తు। యాసాం దేవాదివి కృణ్వ న్తి భక్షం యా అన్తరిక్షే బహుధాభవన్తి। యాః పృథివీ మ్పయసోన్దన్తి శుక్రా స్తాన ఆపశ్శగ్గ్ స్యోనా భవన్తు। శివే నమా చక్షుషా పశ్యతాప శ్శివయా తను వోప స్పృశత త్వచమ్మే సర్వాగ్ం అగ్నీగ్ం రప్సుషదో హువేవో మయివర్చో బలమోజో నిధత్తత॥

ఇదమాపః ప్రవహితా వద్యం చ మలఞ్చయత్। యచ్చాభి దుద్రోహానృతం యచ్చశేపే అభీరుణమ్। ఆపోమా తస్మాదేనసో విశ్వాన్ముఞ్చ త్వగ్ం హసః। నిర్మాముంచామి శపథా న్నిర్మా వరుణాదధి నిర్మాయమస్య షడ్బీశా త్సర్వస్మా ద్దేవ కిల్బి షా దుతో మనుష్య కిల్బిషాత్॥

(అవకాశమున్న యెడల ఇచ్చట పవమాన సూక్తమును పఠించ వలెను.)

పునః స్నానమాచరేత్॥ (తిరిగి స్నానము గావించవలెను. తరువాత ఈ క్రింది మంత్రములచే జలములకు నమస్కారము చేయవలెను.

ఓం నమోఽగ్నయేఽప్సుమతే। నమ ఇన్ద్రాయ నమో వరుణాయ నమో వారుణ్యై నమోఽద్భ్యః॥

(యజ్ఞోపవీతమును బొటనవ్రేలికి చుట్టి, ఆ వ్రేలితో జలములను ప్రదక్షిణ క్రమంలో గుండ్రంగా మూర్మారు త్రిప్పి, ఈ క్రింది మంత్రములు పఠింపుచు, ఆ నీటియందు తిరిగి స్నానము గావించవలెను.)

ఓం యదపాం క్రూరం యదమేధ్యం యదశాన్తం తదప గచ్ఛతాత్। అత్యాశనా దతీపానా ద్యచ్చ ఉగ్రా త్ప్రతి

గ్రహాత్। తన్నో వరుణో రాజా పాణినా హ్యవమర్శతు। సోఽహ మపాపో విరజో నిర్ముక్తో ముక్త కిల్బిషః। నాకస్య పృష్ఠ మారుహ్య గచ్ఛే ద్బ్రహ్మ సలోకతాం। యశ్చాప్సు వరుణ స్సపునాత్వఘ మర్షణః॥

(ఈ క్రింది మంత్రములచే జలముల నభిమంత్రించవలెను.)

మం : ఇమమ్మే గఙ్గే యమునే సరస్వతి శుతుద్రి స్తోమగ్ం సచతాపరుష్ణియా।
అసిక్నియా మరుద్వృధే వితస్తయాఽఽర్జీకీ యే శృణుహ్యా సుషోమయా॥

వతన మంత్రములు : ఋతఞ్చ సత్యం చా భీద్ధా త్తపసోఽధ్యజాయత। తతో రాత్రి రజాయత తత స్సముద్రో అర్ణవః। సముద్రా దర్ణవా దధి సంవత్సరో అజాయత। అహోరాత్రాణి విదధ ద్విశ్వస్య మిషతోవశీ। సూర్యా చంద్రమ సౌధాతా యథాపూర్వ మకల్పయత్। దివం చ పృథివీ ఞ్చా న్తరిక్ష మథోసువః। య త్పృథివ్యాగ్ం రజస్వ మా న్తరిక్షే విరోదసీ। ఇమాగ్ స్తదాపో వరుణః పునా త్వఘమర్షణః। ఏష భూతస్య మధ్యే భువనస్య గోప్తా। ఏష పుణ్యకృతా ల్లోకా నేష మృత్యో ర్హిరణ్మయం। ద్యావా పృథివ్యో ర్హిరణ్మయగ్ం సగ్గ్ శ్రితగ్ం సువః। సన స్సువ స్సగ్ం శిశాధి॥

(ఈ క్రింది మంత్రముచే ముమ్మారు జలములను లోనికి పుచ్చుకొనవలెను.)

మం : ఓం ఆర్ద్రం జ్వలతి జ్యోతి రహమస్మి। జ్యోతిర్జ్వలతి
బ్రహ్మాహమస్మి। యోఽహ మస్మి బ్రహ్మాహమస్మి।
అహమస్మి బ్రహ్మాహమస్మి। అహమేవా హమ్మాం
జుహోమి స్వాహా॥

ఆచమ్య ! ప్రాణానాయమ్య !

(ఆచమనము గావించి ప్రాణాయామము చేయవలెను.)

ఏవంగుణ విశేషణ విశిష్టాయాం శుభతిథౌ శ్రీ పరమేశ్వర ముద్దిశ్య పరమేశ్వర ప్రీత్యర్థం దేవర్షి పితృ తర్పణాని కరిష్యే॥

(ఉదకము తాకవలెను. పిమ్మట సవ్యముగా ఈ క్రింది మంత్రములచే....దేవతలకు తర్పణము గావించవలెను....దేవతీర్థముగా)

దేవతర్పణమ్ :

1. బ్రహ్మాదయో యే దేవాః తాన్ దేవాగ్ స్తర్పయామి।
2. భూర్దేవాగ్ స్తర్పయామి.
3. భువర్దేవాగ్ స్తర్పయామి.
4. సువర్దేవాగ్ స్తర్పయామి.
5. భూర్భువస్సువర్దేవాగ్ స్తర్పయామి.

ఋషి తర్పణమ్ :

(నివీతిగా ఋషితీర్థముచే ద్విరావృతిగా తర్పణ గావించవలెను.)

1. కృష్ణద్వైపాయ నాదయో యే ఋషయః తాన్ ఋషీన్ స్తర్పయామి, తర్పయామి।
2. భూర్ ఋషీన్ స్తర్పయామి, తర్పయామి।
3. భువర్ ఋషీన్ స్తర్పయామి, తర్పయామి।
4. సువర్ ఋషీన్ స్తర్పయామి, తర్పయామి
5. భూర్భువ స్సువర్ ఋషీన్ స్తర్పయామి, తర్పయామి॥

పితృ తర్పణమ్ :

(తండ్రి గతించినవారు మాత్రం ప్రాచీన వీతిగా పితృ తీర్థముచే త్రిరావృతిగా తర్పణ గావించవలెను.)

1. సోమః పితృమాన్ యమో౭ఙ్గిరస్వా నగ్ని స్వాత్తాగ్నిః కవ్యవాహనాదయో యే పితరః తాన్ పితౄన్ స్తర్పయామి, తర్పయామి, తర్పయామి.
2. భూః పితౄన్ స్తర్పయామి, తర్పయామి, తర్పయామి.
3. భువః పితౄన్ స్తర్పయామి, తర్పయామి, తర్పయామి.

4. సువః పితౄగ్ స్తర్పయామి, తర్పయామి,
తర్పయామి.

5. భూర్భువస్సువః పితౄగ్ స్తర్పయామి,
తర్పయామి, తర్పయామి.

ఆచమ్య :

(సవ్యముగా స్మృత్యాచమనము గావించి, ఈ క్రింది మంత్రములు చదువుచూ....దోసిలి నిండుగా నీరు గైకొని, రెండు పర్యాయములు ఒడ్డున విడువవలెను.)

శ్లో॥ యన్మయా దూషితం తోయం శారీరమల సంయుతం।
తస్య పాప విశుద్ధ్యర్థం యక్ష్మాణం తర్పయామ్యహమ్॥
అసంస్కారాశ్చ యే కేచి జ్జలాశాః పితరో మమ।
తేషా మాప్యాయనార్థాయ దీయతే సలిలం మయా॥

(తడిసియున్న పై వస్త్రమును నాల్గు మడతలుపెట్టి, ప్రాచీ దిశగా నుండి....ఈ క్రింది శ్లోకమును చదివి....ఆ వస్త్రమును ఒడ్డున పిండవలెను.)

శ్లో॥ యేకే చా స్మత్కులే జాతా అపుత్రా గోత్రిణో మృతాః।
తే గృహ్ణన్తు మయాదత్తం వస్త్ర నిష్పీడ నోదకమ్॥

(తదుపరి....ఒడ్డున కూర్చుండి, వేరొక పొడి వస్త్రముచే ఒళ్లు తుడుచుకొని, శుభ్రవస్త్రములు ధరించి, ఆచమన మొనర్చి తదుపరి... భస్మధారణ గావింపవలెను.

శ్రీ శివాయ గురవే నమః

కృష్ణయజుర్వేదీయ....

సంధ్యా వందనమ్

శరీర శుద్ధి :

శ్లో॥ అపవిత్రః పవిత్రోవా సర్వావస్థాం గతోఽపివా।
యః స్మరేత్ పుండరీకాక్షం స బాహ్యాభ్యంతర శ్శుచిః॥
పుండరీకాక్ష ! పుండరీకాక్ష ! పుండరీకాక్షాయనమః :

(అని పల్కుచు జలము శిరముపై చల్లుకొనవలెను)

ఆచమనం :

ఓం ! ఆచమ్య- ఓం కేశవాయ స్వాహా ! ఓం నారాయణాయ స్వాహా ! ఓం మాధవాయ స్వాహా ! గోవిందాయ నమః, విష్ణవే నమః, మధుసూదనాయ నమః, త్రివిక్రమాయ నమః, వామనాయ నమః, శ్రీధరాయ నమః, హృషీకేశాయ నమః, పద్మనాభాయ నమః, దామోదరాయ నమః, సంకర్షణాయ నమః, వాసుదేవాయ నమః, ప్రద్యుమ్నాయ నమః అనిరుద్ధాయ నమః, పురుషోత్తమాయ నమః, అధోక్షజాయ నమః, నారసింహాయ నమః, అచ్యుతాయ నమః, జనార్దనాయ నమః, ఉపేంద్రాయ నమః, హరయే నమః, శ్రీకృష్ణాయ నమః, (మొదటి మూడు నామములు స్మరింపుచు...కొలది జలము మూడుమార్లు లోపలికి పుచ్చుకొని, ఆ తరువాత .. మిగిలిన గోవిందాది నామము లన్నియు స్మరింపవలెను.)

భూతోచ్చాటన

ఉత్తిష్ఠంతు! భూత పిశాచాః! యేతే భూమిభారకాః! యేతే షామ విరోధేన! బ్రహ్మకర్మ సమారభే! ఓం భూర్భువస్సువః: (అని...పల్కుచు...తను కూర్చొన్న ప్రదేశము నందు మరియు నలుదెసల నీళ్ళు చల్లవలెను.)

దైవీ గాయత్రీ ఛందః! ప్రాణాయామే వినియోగః॥

ప్రాణాయామము

ఓం భూః, ఓం భువః, ఓగ్ః సువః, ఓం మహః, ఓం జనః, ఓం తపః, ఓగ్ం సత్యం.

ఓం తత్స వితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి,
ధియోయోనః, ప్రచోదయాత్।

ఓ మాపో జ్యోతీ రసోఽ మృతం బ్రహ్మ
భూర్భువస్సువరోమ్॥

[స్థిరమగు ఆసనమునందు (పద్మాసన మాదిగాగల) కూర్చొని, శరీరము వంగని భంగిమలో నుండి, ఏకాగ్రతదక్కి, కుడి నాసికా రంధ్రమును మాత్రము మూసి, రెండవ నాసికా రంధ్రముద్వారా యెనిమిది సెకనుల కాలము బయటి గాలిని లోపలికి పీల్చి, రెండు నాసికా రంధ్రములు మూసి, పై మంత్రమును మనస్సులోనే 32 సెకనుల కాలము జపించి, పిమ్మట కుడి నాసికారంధ్రము ద్వారా నెమ్మదిగా 16 సెకనుల కాలము లోపలి గాలిని బయటకు వదలవలెను. ఈ విధముగా...మూడు పర్యాయములు చేయుట ప్రాణాయామము

మనబడును. [ప్రాణాయామమును గురించిన అనేక విషయ ములు మా "యోగసాధన" గ్రంథమునందు చూడగలరు.]

సంకల్పము

మమ, ఉపాత్త, దురితక్షయద్వారా, శ్రీ పరమేశ్వర ముద్దిస్య, శ్రీ పరమేశ్వర ప్రీత్యర్థం, శుభే, శోభనే, అభ్యు దయ ముహూర్తే, శ్రీ మహా విష్ణోరాజ్ఞయ, ప్రవర్తమానస్య, అద్య బ్రహ్మణః, ద్వితీయ పరార్థే, శ్వేతవరాహ కల్పే, వైవ స్వత మన్వంతరే, కలియుగే, ప్రథమపాదే, జంబూద్వీపే, భరతవర్షే, భరతఖండే, మేరోర్దక్షిణ దిగ్భాగే, శ్రీశైలస్య * ఈశాన్య/వాయవ్య ప్రదేశే కృష్ణా కావేర్యో గోదావర్యో ర్మధ్యప్రదేశే, శోభనగృహే, సమస్త దేవతాబ్రాహ్మణ, హరిహర గురుచరణ సన్నిథౌ, అస్మిన్, వర్తమాన, వ్యావ హారిక, చాంద్రమాన...సంవత్సరే...అయనే.. .ఋతే... మాసే.......పక్షే.. తిథౌ.....వాసరే....శుభనక్షత్ర, శుభ యోగ, శుభకరణ, ఏవంగుణ, విశేషణ, విశిష్టాయాం, శుభ తిథౌ, శ్రీమాన్...గోత్రః......నామధేయః.. గోత్రస్య... నామధేయోహం, ప్రాతఃసంధ్యా ముపాసిష్యే॥ (ఉపాసిష్యే) [ఈ విధముగా స్మరించి...అనామికాంగుళితో జలమును స్పృశించవలెను.]

* ఈ గుర్తుగల చోట కృష్ణానదీ దక్షిణ తీరవాసులు... శ్రీశైలస్య ఈశాన్య ప్రదేశే అనియు, కృష్ణా గోదావరీ మధ్యవాసులు...కృష్ణా గోదావర్యో ర్మధ్యప్రదేశే అనియు చెప్పుకొనవలెను. సంకల్పం చివరలో... ప్రాతఃకాలము

నందలి సంధ్యకు "ప్రాతః సంధ్యా ముపాసిష్యే" అనియు, మధ్యాహ్నకాలమునందు..."మాధ్యాహ్నిక సంధ్యా ముపాసిష్యే" అనియు, సాయంకాలమునందు..."సాయంసంధ్యా ముపాసిష్యే" అనియు చెప్పుకొనవలెను.

ప్రథమమార్జనము :

మంత్రం : ఓం ఆపోహిష్ఠామయో భువః। తానఊర్జే దధాతన। మహేరణాయ చక్షసే। యోవశ్శివ తమోరసః। తస్య భాజయతే హనః। ఉశతీరివ మాతరః। తస్మా అరఙ్గ మామవః। యస్యక్షయాయ జిన్వథ। ఆపోజన యథాచనః।

(ఈ మంత్రములు పల్కుచు....శుద్ధ జలములను శిరముపై చల్లుకొనవలెను.)

మన్త్రాచమనమ్

సూర్యశ్చ, మామన్యుశ్చ, మన్యుపతయశ్చ, మన్యుకృతేభ్యః, పాపేభ్యో రక్షన్తామ్। యద్రాత్ర్యా పాపమకార్షం। మనసా వాచా హస్తాభ్యాం। పద్భ్యా ముదరేణ శిశ్నా। (శ్నా) రాత్రి స్తదవలుమ్పతు। యత్కించ దురితంమయి। ఇదమహం మా మమృతయోనౌ। సూర్యే జ్యోతిషి జుహోమి స్వాహా॥

(ప్రాతః సంధ్యయందు ఈ మంత్రమును పఠింపుచు....ఒకమారు ఆచమనమువలె జలములు లోనికి పుచ్చుకొనవలెను.)

మధ్యాహ్న కాల మన్త్రాచమనమ్

ఆపః పునన్తు పృథివీపూతా పునాతుమాం।
పునన్తు బ్రహ్మణస్పతి ర్బ్రహ్మ పూతా పునాతుమాం।
యదుచ్ఛిష్ట మభోజ్యం యద్వా దుశ్చరితం మమ।
సర్వం పునన్తుమా మాపోఽ సతాఞ్చ ప్రతిగ్రహగ్
స్వాహా॥

(పై విధముగానే జలములు పుచ్చుకోవలెను.)

సాయంకాల మన్త్రాచమనం

అగ్నిశ్చ మా మన్యుశ్చ మన్యుపతయశ్చ మన్యుకృతేభ్యః।
పాపేభ్యో రక్షన్తామ్।
యదహ్నా పాపి మకార్షం। మనసా వాచా హస్తాభ్యాం।
పద్భ్యా ముదరేణ శిశ్నా।
అహ స్తదవలుంపతు। యత్కించ దురితం మయి। ఇదమహం
మా మమృత యోనౌ।
సత్యే జ్యోతిషి జుహోమి స్వాహా॥ (పై విధముగా జలములు
పుచ్చుకోవలెను.)

ఆ చమ్య

(ఆచమనము చేయవలెను) ఓం కేశవాయ స్వాహా...
హరయే నమః...శ్రీకృష్ణాయ నమః॥

ద్వితీయ మార్జనమ్

దధి క్రావ్ణ్ణో అకారిషం। జిష్ణో రశ్వశ్య వాజినః।
సురభినో ముఖాకరత్ప్రణ ఆయూగ్ంషి తారిషత్॥

ఓం ఆపోహిష్ఠామయో భువః। తాన ఊర్జే దధాతన।
మహేరణాయ చక్షసే। యోవశ్శివ తమోరసః। తస్య భాజ
యతే హనః। ఉశ తీరివ మాతరః। తస్మా అరఙ్గ మామవః।
యస్య క్షయాయజిన్వథ। ఆపోజన యథాచనః॥

హిరణ్యవర్ణా శ్శుచయః పావకా యా సుజాతః కశ్యపో
యా స్విన్ద్రః। అగ్నిం యా గర్భ న్దధిరే విరూపా స్తాన ఆప
శ్శగ్గ్ స్యోనా భవన్తు। యాసాగ్ం రాజా వరుణో యాతిమధ్యే
సత్యానృతే అవపశ్యం జనానాం। మధు శ్చుతశ్శుచయోయాః
పావకాస్తాన ఆపశ్శగ్గ్ స్యోనా భవన్తు। యాసాం దేవా దివి
కృణ్వంతి భక్షయా అంతరిక్షే బహుధా భవన్తు। యాః పృథివీం
పయసోన్దన్తి శుక్రాస్తాన ఆపశ్శగ్గ్ స్యోనాభవన్తు। శివేనమా
చక్షుసా పశ్యతాపశ్శివయా తను వోపస్పృశత త్వచమ్మే।
సర్వాగ్ం అగ్నీగ్ం రప్సుషదో హువేవోమయి వర్చో బల
మోజో నిధత్త॥

(ఈ మంత్రములు పల్కుచు జలములు శిరస్సుపై చల్లుకొనవలెను.)

పాపవిమోచనమ్

ద్రుపదా దివ ముఞ్చమః। ద్రుపదా దివే న్ముముచానః।
స్విన్న స్స్నాత్వీ మలాదివ। పూతం పవిత్రేణే వాజ్యం
ఆపశ్శున్ధన్తు మైనసః॥

(చేతితో నీటిని గ్రహించి, పై మంత్రమును పల్కుచు.... వాసన చూచి, వశ్యములో వదలివేసి; చేయి కడుగుకొనవలెను.

ఆచమ్య : (ఆచమనము చేయవలెను) ఓం కేశవాయ స్వాహా...ఓం శ్రీ కృష్ణాయ నమః

ప్రాణాయామ్య ! (మూడు పర్యాయములు ప్రాణాయామము చేయవలెను.)

లఘు సంకల్పమ్

పూర్వోక్త ఏవంగుణ విశేషణ విశిష్టాయాం శుభతిథౌ మమోపాత్త దురిత క్షయద్వారా శ్రీ పరమేశ్వర ముద్దిస్య శ్రీ పరమేశ్వర ప్రీత్యర్థం ప్రాతస్సంధ్యాంగ యథా కాలోచిత అర్ఘ్యప్రదానం కరిష్యే॥ (నీళ్ళు తాకవలెను.)

దోసిలి నిండుగా నీరు గైకొని...సూర్యాభిముఖముగా లేచి...నిలబడి, ఈ క్రింది మంత్రములు పఠించి, ఆ నీరు పరమేశ్వర ప్రీతిగా...పశ్చిమునందు వదలవలెను. ఈ విధముగా మూడు అర్ఘ్యములు ఇవ్వవలెను. (ప్రాయశ్చిత్తము కాలాతి క్రమణమునందు) మరొక అర్ఘ్యము అధికముగా వదలవలెను. సంధ్యావందన కర్మయందు అర్ఘ్యప్రదానము చాల ముఖ్యమైనది.

ప్రాతః కాలార్ఘ్య మంత్రం

ఓం భూః, భువహ, ఓగ్ం సువః, ఓం మహః, ఓం జనః, ఓం తపః, ఓగ్ం సత్యం। ఓం తత్స వితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్। ఓ మాపో జ్యోతీ రసోఽ మృతం బ్రహ్మ భూర్భువస్సువరోమ్॥

మధ్యాహ్నార్ఘ్య మంత్రం

ఓం హగ్ం సశ్శుచిష ద్వసుర న్త రిక్ష సద్ధోతావే దిష

పతి ధిర్ద్రోణసత్। న్మేషద్వ రసద్వృత సద్వోక్ష మనదద్ది
గోజా ఋతజా అద్రిజా ఋత మ్బృహత్॥

ఓం భూర్భువస్సువః॥ ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గో
దేవస్య ధీమహి ధియో యోనః ప్రచోదయాత్॥

సాయంకాలార్ఘ్య మన్త్రం

ఓం భూః ఓం భువః ఓగ్ం సువః, ఓం మహః, ఓం జనః, ఓం తపః, ఓగ్ం సత్యం, ఓం తత్స వితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్। ఓ మాపో జ్యోతీ రసోఽ మృతం బ్రహ్మ భూర్భువస్సువరోమ్॥

సజల ప్రదక్షిణమ్

(చేతితో నీరు గైకొని, క్రింది మంత్రము పఠించి, చివరలో ఒక ప్రదక్షిణము చేసి, ఆ నీటిని....తన శిరసు చుట్టూ ప్రదక్షిణముగా త్రిప్పి పశ్చాదమునందు విడువవలెను.)

ఓం ఉద్యన్త మస్తం యన్త మాదిత్య మభిధ్యాయ న్కుర్వ న్బ్రాహ్మణో విద్వాన్ త్సకలం భద్రమశ్నుతేఽ సావాదిత్యో బ్రహ్మేతి బ్రహ్మైవ సన్బ్రహ్మాప్యేతి య ఏవం వేద। అసావాదిత్యో బ్రహ్మ॥

ఆచమ్య! (ఆచమనము చేయవలెను.) ఓం కేశవాయ స్వాహా...శ్రీ కృష్ణాయనమః॥

సంధ్యాంగ తర్పణం

ఈ క్రింది మంత్రములు పల్కుచు...అరచేతి ప్రవేళ్ళ మీద గా "తర్పయామి" అని నీటిని పళ్ళెములో వదలవలెను.)

ప్రాతఃకాల తర్పణం

1) సంధ్యాం తర్పయామి, 2) గాయత్రీం తర్పయామి 3) బ్రాహ్మీం తర్పయామి 4) నిమృజీం తర్పయామి.

గాయత్రీ ఆవాహన

(ఆవాహన ముద్రలతో ఈ క్రింది మంత్రములు పఠించవలెను.)

ఓమిత్యేకాక్షరం బ్రహ్మ। అగ్నిర్దేవతా బ్రహ్మ ఇత్యార్షం। గాయత్రీం ఛన్దం పరమాత్మం సరూపం। సాయుజ్యం వినియోగః॥

ఆయాతు వరదాదేవి అక్షరం బ్రహ్మసమ్మితం। గాయత్రీం ఛన్దసాం మాతే దమ్బ్రహ్మ జుషస్వమే। యదహ్నాత్కురుతే పాపం తదహ్నా త్ప్రతి ముచ్యతే। యద్రాత్రి యాత్కురుతే పాపం తద్రాత్రియా త్ప్రతి ముచ్యతే। సర్వవర్ణే మహాదేవి! సంధ్యా విద్యే సరస్వతి॥

ఓజోఽసి సహోఽసి బలమసి భ్రాజోఽసి దేవానా న్ధామనామాసి విశ్వమసి విశ్వాయు స్సర్వమసి సర్వాయు రభి భూరోం గాయత్రీ మావాహయామి। సావిత్రీ మావాహయామి। సరస్వతీ మావాహయామి। ఛన్దర్షీ నావాహయామి। శ్రియ మావాహయామి। గాయత్ర్యా గాయత్రీ ఛన్దో, విశ్వామిత్ర ఋషి, స్సవితా దేవతాఽగ్ని ర్ముఖం, బ్రహ్మశిరో, విష్ణుర్హృదయగ్ం, రుద్రశ్శిఖా, పృథివీయోనాం, ప్రాణాపాన వ్యానోదాన సమాన సప్రాణా శ్వేతవర్ణా సాంఖ్యాయ

స్సగోత్రీ గాయత్రీ చతుర్విగ్ంం శత్యక్షరా త్రిపదా షట్కుక్షిః, పంచశీర్షోప నయనే వినియోగః॥

ఆచమ్య ! (ఆచమనము చేయవలెను.) ఓం కేశవాయ స్వాహా...శ్రీకృష్ణాయ నమః

జప సంకల్పం

పూర్వోక్త ఏవంగుణ విశేషణ విశిష్టాయాం శుభతిథౌ మహోపాత్త దురితక్షయద్వారా శ్రీ పరమేశ్వర ముద్దిస్య శ్రీ పరమేశ్వర ప్రీత్యర్థం సన్ధ్యాంగ యథాశక్తి గాయత్రీ మహామన్త్ర జపం కరిష్యే॥ (అని నీళ్ళు తాకవలెను.) అటు పిమ్మట...ఈ దిగువ విధముగా అంగన్యాస, కరన్యాసములు గావించవలెను.

కరన్యాసము

1. ఓం తత్సవితుః బ్రహ్మాత్మనే అంగుష్ఠాభ్యాం నమః (రెండు హస్తము లందలి బొటనవ్రేళ్ళను చూపుడు వ్రేలితో స్పృశించవలెను.)
2. ఓం వరేణ్యం విష్ణ్వాత్మనే మధ్యమాభ్యాం నమః। (చూపుడు వ్రేళ్ళను బొటనవ్రేళ్ళతో స్పృశించ వలెను.)
3. ఓం భర్గోదేవస్య రుద్రాత్మనే శిఖాయైవషట్। (మధ్యవ్రేళ్ళను బొటనవ్రేలితో స్పృశించవలెను.)
4. ఓం ధీమహి సత్యాత్మనే కవచాయహుం।

(ఎడమచేతితో కుడి భుజమును, కుడిచేతితో యెడమ భుజమును ఒకమారు తాకవలెను.)

5. ఓం ధియోయోనః జ్ఞానాత్మనే నేత్రత్రయాయ వౌషట్!
(కుడిచేతి వ్రేళ్ళతో నేత్ర భ్రూమధ్యమును తాకి, చేతిని ప్రదక్షిణ క్రమంలో శిరముచుట్టూ త్రిప్పి, యెడమ అరచేతిలో కొట్టవలెను.)

6. ఓం ప్రచోదయాత్ సర్వాత్మనే అస్త్రాయఫట్।
(కుడిచేతిని ప్రదక్షిణ క్రమంలో శిరముచుట్టూ త్రిప్పి, యెడమ అరచేతిలో కొట్టవలెను.)
ఓం భూర్భువస్సువరోమితి దిగ్బంధః॥
(అరచేతులను యెదురెదురుగా నుంచి; మధ్యవ్రేళ్ళ మెలిక వేయవలెను.)

ధ్యానమ్

శ్లో॥ ముక్తావిద్రుమ హేమనీల ధవళచ్ఛాయై ర్ముఖై
స్త్రీక్షణై।
ర్యుక్తామిందుని బద్ధ రత్న మకుటాం తత్వార్థ
వర్ణాత్మికాం।
గాయత్రీం వరదా భయా జ్ఞ్కుశ కశా శ్శుభ్రం కపా
లం గదాం।
శఙ్ఖ చ్చక్ర మదారవిన్ద యుగళం హస్తై ర్వహన్తీం
భజే॥

చతుర్వింశతి ముద్రలు

శ్లో॥ సుముఖం సంపుటంచైవ వితతం విస్తృతం తథా।
ద్విముఖం త్రిముఖంచైవ చతుః పఞ్చముఖం తథా।
షణ్ముఖోఽథో ముఖం చైవ వ్యాపకాఞ్జలికం తథా।
శకటం యమపాశంచ గ్రథితం సమ్ముఖోన్ముఖం।
ప్రలంబం ముష్టికం చైవ మత్స్యః కూర్మో
వరాహకం।
సింహాక్రాన్తం మహాక్రాన్తం ముద్గరం పల్లవం తథా।
చతుర్వింశతి ముద్రావై గాయత్రీ నిష్ఫలా భవత్॥

శ్లో॥ యోదేవ స్సవితా స్మాకం ధియో ధర్మాదిగోచరాః।
ప్రేరయే త్తస్య యద్భర్గ స్త ద్వరేణ్య ముపాస్మహే॥

గాయత్రీ ముద్రలు గురువుద్వారా అభ్యసించి, జపమ ప్రారంభంలో 24 ముద్రలు, చివరలో 8 ముద్రలు ప్రదర్శించవలెను. సంధ్యావందనమునందు గాయత్రీ మంత్రము ప్రతిదినము 108 పర్యాయములు జపించదగియున్నది. ప్రాతఃకాలమునందు...సూర్యాభిముఖముగా నిలబడి జపించవలెను. మధ్యాహ్న, సాయంకాలములందు మాత్రము... కూర్చొని జపించవలయును. సంధ్యాంగ గాయత్రీ మంత్ర జపమును కరమాలతో జపించుట శాస్త్రీయము. అనామికా మధ్యమపర్వము మొదలుకొని, తర్జనీ మొదటి పర్వమువరకు గల పది పర్వములతో కూడినది కరమాల. కుడిచేతిపై వస్త్రము కప్పి; మంత్రమును జపించవలెను.

గాయత్రీ మంత్రము : ఓం భూర్భువస్సువః

ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం
భర్గోదేవస్య ధీమహి
ధియోయోనః ప్రచోదయాత్॥

ప్రతి సంధ్యయందు 108 చొప్పున గాయత్రీ జపము గావించిన తరువాత తిరిగి (28 వ పేజీలో) పూర్వము తెలుప బడిన కరన్యాస-అంగన్యాసములను గావించి...చివరతో "ఓం భూర్భువస్సు వరోమితి దిగ్విమోకః" అని చెప్పుకొన వలెను.

అష్ట ముద్రలు :

సురభి ర్జ్ఞాన చక్రేచ యోనిః కూర్మోఽథ పఙ్కజం।
లిఙ్గం నిర్యాణ ముద్రా చే త్యష్ట ముద్రాః ప్రకీర్తితాః॥

ఓం తత్స ద్బ్రహ్మార్పణమస్తు ! (అని నీటిని వదలవలెను.)

ఆచమ్య ! 'ఓం' అని ఉచ్చరింపుచు మూడుసార్లు జలము పుచ్చుకొనవలెను.

ద్విః పరిముజ్య ! నీటిని అరచేతిలో పోసి, కుడి బొటన వ్రేలు ముంచి, ఎడమనుండి కుడికి, కుడినుండి యెడమకు పెదవులు తుడుచుకొనవలెను.

సకృదుప స్పృశ్య ! నీటితో ఎడమ అరచేతిని, కుడి అరచేతితోను, కుడి అరచేతిని యెడమ అర చేతితోను తుడుచుకొనవలెను.

యత్సర్వ్యం పాణిం ! నీటిని పై విధముగా అరచేతులయందు చల్లుకొనవలెను.
పాదం : కుడిచేతితో నీటిని కుడి, యెడమ పాదములపై చల్లు కొనవలెను.
ప్రోక్షతి శిరః ! కుడిచేతితో నీటిని శిరమున ప్రోక్షించుకొన వలెను.
చక్షుషి ! కుడి, యెడమ నేత్రములపై జలము ప్రోక్షించుకొన వలెను.
నాసికే ! కుడి, యెడమ నాసికలపై జలము ప్రోక్షించుకొన వలెను.
శ్రోత్రే ! కుడి, యెడమ చెవులపై జలము ప్రోక్షించుకొన వలెను.
హృదయమాలభ్య ! హృదయముపై జలములు ప్రోక్షించు కొనవలెను.

(పిమ్మట లేచి, సూర్యుని కెదురుగా నిలబడి, సూర్యోప స్థాన మంత్రములు పఠించవలెను.)

ప్రాతఃకాల సూర్యోపస్థానము

ఓం మిత్రస్య చర్షణీ ధృతశ్రవో దేవస్య సానసిం। సత్యం చిత్రశ్ర వస్తమం। మిత్రోజనాన్ యాతి యతి ప్రజాన న్మిత్రో దాధార పృథివీ ముతద్యాం। మిత్రః కృష్టీ రని మిషాఽభి చష్టే సత్యాయ హవ్యం ఘృత విధేమ। ప్రసమిత్ర మర్త్యో అస్తు ప్రయస్వా న్యస్త ఆదిత్య శిక్షతి వ్రతేన। నహ

స్యతే నజీయతే త్వోతోస్నైన మగ్ంహో అశ్నోత్యన్తి తోన దూరాత్॥

మధ్యాహ్న సూర్యోపస్థానము

ఓం ఆసత్యేన రజసా వర్తమానో నివేశయ న్నమృతం
మర్త్యఞ్చ।
హిరణ్యయేన సవితారథేనాఽఽ దేవోయాతి భువనా
విపశ్యన్॥

ఉద్వయన్త మనస్పరి పశ్యన్తో జ్యోతిరుత్తరం। దేవ స్త్వత్రా సూర్య మగన్మ జ్యోతిరుత్తమం॥ ఉదుత్యం జాత వేదసం దేవం వహన్తి కేతవః। దృశే విశ్వాయ సూర్యమ్॥ చిత్రం దేవానా ముదగాదనీకం చక్షుర్మిత్రస్య వరుణ స్యాగ్నేః ఆప్రా ద్యావా పృథివీ అన్తరిక్షగ్ం సూర్య ఆత్మా జగత స్తస్థుషశ్చ॥ తచ్చక్షు ర్దేవహిత మ్పురస్తాచ్ఛుక్ర ముచ్చ రత్। పశ్యేమ శరద శ్శతంజీవేమ శరదశ్శతం నన్దామశరద శ్శతం మోదామ శరదశతం భవామ శ్శరద శ్శతగ్ం శృణు వామ శ్శరదం శతం జోశ్య సూర్యం దృశే। య ఉదగాన్మ హతోఽర్ణవా ద్విభ్రాజమాన స్సరిరస్య మధ్యాస్సమా వృషభో లోహితాక్ష సూర్యో విపశ్చి న్మనసా పునాతు॥

సాయంకాల సూర్యోపస్థానము

ఓం ఇమమ్మే వరుణశ్రుధీ హవ మద్యాచ మృడయ। త్వామవ స్యురాచకే॥ తత్వాయామి బ్రహ్మణా వన్దమాన స్తదాశాస్తే యజమానో హవిర్భిః। అహేడమానో వరుణేహ బో ధ్యురుశగ్ం సమాన ఆయుః ప్రమోషీః॥

యచ్చిద్ధితే విశోయథా ప్రదేవ వరుణవ్రతం। మినీమ సిద్యవి ద్యవి। యత్కిఞ్చేదం వరుణదైవ్యే జనేఽభిద్రోహ మ్మనుష్యాశ్చరామసి। అచిత్తీ యత్తవ ధర్మాయుయోపి మమాన స్తస్మా దేనసో దేవరీరిషః। కితవాసో యద్రిరిపుర్న దీవి యద్వాఘా సత్యముతయన్న విద్మ। సర్వాతావిష్య శిథిరేవదేవా థాతేస్యామ వరుణ ప్రియాసః॥

దిగ్దేవతా నమస్కారములు

(ఈ క్రింది మంత్రములు పఠింపుచు ఆయా దిశలవైపు నమస్కరించవలెను.)

ఓం నమః ప్రాచ్యైదిశే యాశ్చదేవతా ఏతస్యాం
ప్రతివసన్తి ఏతాభ్యశ్చనమః (తూర్పు)

నమో దక్షిణాయై దిశే యాశ్చదేవతా ఏతస్యాం
ప్రతివసన్తి ఏతాభ్యశ్చనమః। (దక్షిణం)

నమః ప్రతీచ్యైదిశే యాశ్చదేవతా ఏతస్యాం ప్రతివసన్తి
ఏతాభ్యశ్చ నమః। (పశ్చిమం)

నమ ఉదీచ్యైదిశే యాశ్చదేవతా ఏతస్యాం ప్రతివసన్తి
ఏతాభ్యశ్చ నమః। (ఉత్తరం)

నమ ఊర్ధ్వాయై దిశే యాశ్చదేవతా ఏతస్యాం ప్రతివసన్తి
ఏతాభ్యశ్చ నమః। (ఆకాశం)

నమో ధరాయైదిశే యాశ్చదేవతా ఏతస్యాం ప్రతివసన్తి
ఏతాభ్యశ్చ నమః। (భూమి)

నమోఽవాన్తరాయై దిశే యాశ్చదేవతా ఏతస్యాం
ప్రతివసన్తి ఏతాభ్యశ్చ నమః। (ప్రదక్షిణంచేస్తూ...చుట్టూ)

మునులకు నమస్కారము

నమో గఙ్గా యమునయో ర్మధ్యేయేవసన్తి తేమే
ప్రసన్నాత్మాన
శ్చిర జ్జీవితం వర్ధయంతి నమో గఙ్గా యమునయో
ర్మునిభ్యశ్చ
నమో నమో గఙ్గా యమునయో ర్మునిభ్యశ్చ నమః॥

సంధ్యాదేవతా నమస్కారము

సంధ్యాయై నమః। సావిత్ర్యై నమః। గాయత్ర్యై నమః। సరస్వత్యై నమః। సర్వాభ్యో దేవతాభ్యో నమః। దేవేభ్యో నమః। ఋషిభ్యో నమః। మునిభ్యో నమః। గురుభ్యో నమః పితృభ్యో నమః। కామోఽ కార్షీన్నమో నమః। మన్యురకార్షీ న్నమో నమః। పృథివ్యాపస్తేజో వాయురాకాశాత్। ఓన్నమో భగవతే వాసుదేవాయ। యాగ్ం సదా సర్వభూతాని చరాణి స్థావ రాణిచ। సాయం ప్రాతర్నమస్యన్తి సామా సన్ధ్యా అభి రక్షతు॥

శ్లో॥ శివాయ విష్ణురూపాయ శివరూపాయ విష్ణవే।
శివస్య హృదయం విష్ణు ర్విష్ణోశ్చ హృదయం శివం॥
యథా శివమయో విష్ణురేవం విష్ణుమయ శ్శివః।
యథాఽంతరం నపశ్యామి తథామే స్వస్తి రాయుషి॥
నమో బ్రహ్మణ్యదేవాయ గో బ్రాహ్మణ హితాయచ।
జగద్ధితాయ కృష్ణాయ గోవిన్దాయ నమో నమః॥

గాయత్రీ ఉద్వాసన

శ్లో॥ ఉత్తమే శిఖరే జాతే భూమ్యాం పర్వత మూర్థని।
బ్రాహ్మణేభ్యోఽ భ్యనుజ్ఞాతా గచ్ఛదేవి యథాసుఖమ్॥
స్తుతోమయా వరదా వేదమాతా ప్రచోదయన్తీ పవనే ద్విజాతా।
ఆయుః పృథివ్యా న్ద్రవిణం బ్రహ్మవర్చసం
మహ్యన్దత్వా ప్రయాతు బ్రహ్మలోకమ్

శ్లో॥ నమోఽ స్త్వనన్తాయ సహస్రమూర్తయే। సహస్ర పాదాక్షి శిరోరు బాహవే।
సహస్రనామ్నే పురుషాయ శాశ్వతే। సహస్రకోటి యుగధారిణే నమః॥
ఇదం ద్యావా పృథివీ సత్తమస్తు। పితర్మాతర్యది హోప బ్రువేవాం।
భూతం దేవానా మవమే అవోభిః। విద్యామేషం వృజినం జీరదానమ్॥

శ్లో॥ ఆకాశా త్పతితం తోయం యథా గచ్ఛతి సాగరం।
సర్వదేవ నమస్కారః కేశవం ప్రతిగచ్ఛతి॥

శ్లో॥ సర్వవేదేషు యత్పుణ్యం। సర్వతీర్థేషు యత్ఫలం।
తత్ఫలం పురుష ఆప్నోతి స్తుత్వాదేవం జనార్దనమ్॥
స్తుత్వాదేవం జనార్దన ఓం నమ ఇతి॥
వాసనా ద్వాసుదేవస్య। వాసితన్తే జగత్రయం।
సర్వభూత నివాసోఽసి వాసుదేవ నమోఽస్తుతే॥
శ్రీ వాసుదేవ నమోఽస్తుతే ఓం నమ ఇతి.

అభివాదనం :

చతుస్సాగర పర్యన్తం గోబ్రాహ్మణేభ్యః శుభమ్భవతు।......ప్రవరాన్విత...... గోత్రః...... వేదశాఖాధ్యాయీ.........సూత్రః.........అహంభో అభివాదయే॥

(ఇచ్చట ప్రవర, గోత్రము, తనయొక్క వేదశాఖ, సూత్రము, పేరు చెప్పుకొని; ఎడమచేతితో- కుడిచెవిని, కుడిచేతితో ఎడమ చెవిని పట్టుకొని నమస్కార భావము పొందవలెను.)

ఈశ్వరార్పణము :

శ్లో॥ కాయేన వాచా మనసేంద్రియైర్వా।
బుద్ధ్యాత్మనావా ప్రకృతే స్వభావాత్।
కరోమి యద్యత్సకలం పరస్మై
శ్రీమన్నారాయణా యేతి సమర్పయామి॥

హరిః ఓం తత్సత్ !

ఏతత్సర్వం శ్రీ పరమేశ్వరార్పణమస్తు

(నీళ్ళు వదలవలెను.)

ఓమ్

భస్మధారణ మాహాత్మ్యం

శ్లో॥ మృత్యుంజయాయ రుద్రాయ। నీలకంఠాయ శంభవే।
అమృతేశాయ శర్వాయ। మహాదేవాయ తే నమః॥

"ప్రతిదినము ప్రాతఃకాలమున- స్నానము గావించిన వెంటనే భస్మము అనగా విభూతిని ధరించవలెన"ని శ్రుతి, స్మృతులు చెప్పుచున్నవి! విభూతి ధారణమును శిరోవ్రతముగా పురాణములు పేర్కొనినవి. బ్రహ్మ వర్చస్సును భాసింపజేయునది గావున దీనికి "భసిత" మనియు, సకల పాపములను భస్మము గావింపదగు శక్తి గలది గావున- "భస్మము" అనియు, అణిమాద్యష్ట విభూతులను ప్రసాదించు సామర్థ్యము గలది గావున- "విభూతి" యనియు దీనికి పేర్లు గలవు!! ఈ భస్మధారణమునే "త్రిపుండ్రధారణ" మని శాస్త్రములు చెప్పుచున్నవి.

శ్లో॥ అంతర్బహిశ్చ సంశుద్ధం శివపూజా ఫలం భవేత్।
యద్బాహ్యామల మాత్రస్య నాశకం స్నాన మస్తితత్॥
తన్నాశయతి తీవ్రేణ ప్రాణి బాహ్యాంతరం మలమ్॥
కృత్వా౽పి కోటి శో నిత్యం వారుణం స్నాన
మాదరాత్॥

శరీరము లోపల, పైటా పవిత్రత గలవానికి శివపూజా ఫలితము కలుగగలదు. సామాన్య జలస్నానము వలన- శరీరము పైభాగము శుద్ధి కాగలదు. భస్మధారణ, భస్మ స్నానాదుల వలన- శరీరము లోపల, పైటా కూడ శుద్ధి కాగలదు. ప్రతిదినము కోటిమార్లు జలస్నానము చేసినను, ఒక్కమారైనను భస్మమును శరీరమునందు ధరించనిదే పవిత్రుడు కాజాలడు. భస్మమును ధరించుటవల్ల కలుగు మాహాత్మ్యము ఒక్క వేదమునకే తెలియును గాని మానవమాత్రులు గ్రహింపజాలరు !

శ్లో॥ భస్మస్నాన మకృత్వైవ యః కుర్యాత్ కర్మ వైదికమ్।
సత్కర్మ కలార్ధార్ధ మపి నాప్నోతి వస్తుతః॥
యః కరిష్యతి యత్నేన భస్మస్నానం యథా విధి॥

భస్మస్నానము అనగా భస్మమును ఒడలంతా ధరింపక చేయు వైదిక కర్మ లేవియు సగము ఫలమును గూడ నొసంగ జాలవు. కావున ప్రతివారును ప్రయత్న పూర్వకముగ భస్మ స్నానమును చేయవలెను. బ్రాహ్మణత్వమునకు, బ్రహ్మ జ్ఞానమునకు మూలమైన "గాయత్రీ జపము" భస్మధారణ మొనర్చియే చేయవలెను. భస్మధారణ గావింపక, గాయత్రీ జపము నొనర్చిన- ఆ జపము నిష్ఫలము కాగలదు.

శ్లో॥ కేవలం వారుణం స్నానం దేహే బాహ్య మలాపహమ్।
విభూతిస్నాన మనఘం బాహ్యాంతర మలాపహమ్॥

త్రిపుండ్రం పరమం పుణ్యం బ్రహ్మ విష్ణు శివాత్మకం
యే ఘోరా రాక్షసాః ప్రేతా యే చాన్యే
క్షుద్రజంతవః

త్రిపుండ్రధారణం దృష్ట్వా పలాయంతే న సంశయః

కేవలం జలస్నానము దేహముయొక్క పైభాగమును మాత్రమే శుద్ధి చేయగలదు. భస్మస్నానముల్లుగారి సమస్త పాపములను పోకార్చి, బాహ్యాభ్యంతర కల్మషములనువసము లను అగ్ని దహించు విధముగా దహించగలదు. నిత్యము త్రిపుండ్ర ధారణ మొనర్చువానిని చూచినంత మాత్రముననే ఘోర రూపములుగల బ్రహ్మరాక్షసులు, భూతప్రేత పిశాచాది దుష్టగ్రహములు, వ్యాఘ్రాది సర్వ క్షుద్రజంతువులు పారిపోగలవు! శరీర వికారములు- అనగా తుమ్ము, దగ్గు ఆవలింత, ఉమ్మి, అపానవాయుల వల్ల సంక్రమించు అశుచి ప్రదమగు దోషములన్నియు భస్మధారణమువల్ల తొలగి పోగలవు. విపరీతముగా పాపకర్మము లాచరించినను అంత్య కాలమున భస్మస్నానము గావించినవారికి ఆ పాపములు తొలగిపోయి పవిత్రులు కాగలరు. సమస్త పాపములను దహించుటలో భస్మధారణము నిరంతర హరిస్మరణము వలెనే శక్తి కలిగియున్నది.

భస్మముయొక్క మాహాత్మ్యమును గురించి అథర్వ శిరోపనిషత్తు, జాబాలి శ్రుతి, మరియు అథర్వణ వేదములు విపులముగా వర్ణించినవి. అనేక జన్మలయందు మానవతా ధర్మము నాచరించిన మనుష్యులకే, ఈ జన్మయందు భస్మ

ధారణయందు శ్రద్ధాసక్తులు ప్రాప్తించగలవు. విభూతి యనగా ఐశ్వర్యము కావున ఐశ్వర్యము కోరువారు తప్పక విభూతిని ధరించవలెను. భస్మముచే త్రిపుండ్రమును ఫాల భాగమున అడ్డముగా ధరించుట ఉత్తమము. విభూతిచే నొసటను మూడురేఖలు కనుకొలికిల వరకు ధరించినవారు తక్షణమే ఈశ్వరకృపకు పాత్రులు కాగలరు.

ప్రతినిత్యము భస్మస్నానము గావించుట, భస్మధారణ మొనర్చుట- మహాపుణ్యప్రదము. దీనిని పాశుపత వ్రతమని తెలియవలెను. ఈ వ్రతముచే- ఆయువు, బలము, ఆరోగ్యము, శ్రీ, పుష్టి, తుష్టి ప్రాప్తించగలవు. రక్షా- మంగళ, సంపదలు వృద్ధియగుటకు ఈ భస్మధారణము చాల ప్రశస్తమైనది. భస్మము పరమ పవిత్రమైన దగుట వలన, దానిని బహు జాగరూకతతో భద్రపరచుకొనవలెను. తగినవారికి దాని నిచ్చుట, అయోగ్య స్థానములందుంచుట, నీచాంగములచే తాకుట కూడదు! ప్రయాణములు చేయునప్పుడు భస్మమును వెంటగొని పోవలెను. భస్మధారణాభిలాషులకు భస్మము లభించనిచో, యోగ్యులగు వారిని భస్మము కొరకై యాచింప వచ్చును. వైదిక మతావలంబకులగువారు యోగ్యా యోగ్య తలు గుర్తించకుండ భస్మమును తీసికొనకూడదు. ముఖ్య ముగా నిందింపదగిన జాతిగలవారు, పాషండులు, కాపాలి కులు, తాంత్రిక కర్మావలంబకులు, భేషజులు వంటివారి వద్ద భస్మమును గ్రహించరాదు. శివభక్తులు, వైదికులు, వేద

షులు, నిత్యాగ్నిహోత్రరతులు, గురువులు, ధర్మోపదేశకులు, శుచిమంతులు, మహాభక్తులు, దేవీ ఉపాసకులు, బ్రహ్మజ్ఞానులు నగువారి వద్ద యాచించియైనను- భస్మమును గ్రహించి; ధరించవలెను.

భక్తితో భస్మధారణము చేయనివారి జన్మము వ్యర్థము, పందిజన్మవలె నిరర్థకము నగును. త్రిపుండ్రములు లేని తనువు శ్మశానము వంటిదని శాస్త్రములు తెల్పుచున్నవి. భస్మము నలదని శిరము- శివాలయము లేని గ్రామము వంటిది. భస్మముచే త్రిపుండ్రములు ధరింపక ఆచరించు వైదిక కర్మలన్నియు నిరుపయోగములు కాగలవు. భస్మము ధరించని వాని వేద-తపో-యాగ-దాన-ధర్మము లన్నియు వ్యర్థములు కాగలవు. భస్మధారణ చేయక ముక్తిని కోరుకొనుటయన- విషమును త్రాగి అమరత్వమును కాంక్షించుట వంటిది! భస్మధారణ చేయనిదే ఏ కర్మ ననుష్ఠించుటకు మానవులు అర్హత లేనివారగుదురు.

మహాపాపములు, ఉపపాతకములు, ఇతరములగు అన్ని విధములైన పాపరాశులన్నియు భస్మధారణవల్ల పటాపంచలు కాగలవు! త్రిపుండ్రములు ధరించినవాని పుణ్యఫలము చెప్పనలవిగానిది. ఒడలనిండ భస్మము గలది. త్రిపుండ్రములు ధరించుట వేదసమ్మతము. ఇదిఅన్ని ధర్మములకు కారణభూతమైనది. యజ్ఞములు చేయుటకు ఆచార్య, ఋత్విక్కు- లెల్లరు భస్మధారణ చేయుట విధియై యున్నది, త్రిపుండ్ర- భస్మధారణము వలన సకల విజ్ఞాన సంపత్తియు.

తేజము, ఓజము, బలము మున్నగునవి ప్రాప్తించగలవు. శివుడు, విష్ణువు, బ్రహ్మ, ఇంద్రుడు, హిరణ్యగర్భుడు అతని అవతారములగు వరుణాదులు, ఉమ, లక్ష్మి, సరస్వతి, దేవతలు, ఆస్తికులు, సకల స్త్రీలు, భస్మ త్రిపుండ్రములు ధరించియే వారి వారి కార్యములు నిర్వహింప కల్గుచుండిరి. మరియు యక్షులు, రాక్షసులు, సిద్ధులు, సాధ్యచారణులు, గంధర్వులు, అప్సరోగణములు, మునులు, యోగులు కూడ ఈ విభూతిని ధరించియే మహనీయులుగా ప్రసిద్ధి వహింపగల్గిరి.

శ్లో॥ శ్రాద్ధే యజ్ఞే జపే హోమే వైశ్వదేవే సురార్చనే।
ధృత త్రిపుండ్రః పూతాత్మా మృత్యుంజయతి మానవాః॥

శ్రాద్ధమునందు, యజ్ఞమునందు, జపమునందు, హోమమునందు, వైశ్వదేవమునందు, దేవ పూజలందు, భస్మముచే త్రిపుండ్రములు ధరించి; ఆయా కర్మల నాచరించు మానవులు నిశ్చయముగ పవిత్రులగుటయేగాక, మృత్యువును జయింపగలవారగుదురు !

భస్మమును తయారుచేయు విధము

శ్లో॥ శాంతికం పౌష్టికం భస్మ కామదం చ త్రిధా భవేత్॥

శాంతికము, పౌష్టికము, కామదము అని భస్మము మూడు విధములుగ దెలుపబడినవి.

ఆవుపేడ క్రిందపడకముందే పట్టుకొని, దానిని ఎండ

బెట్టి, "పంచబ్రహ్మ మంత్రముల" చేత కాల్చిన యెడల ఆ భస్మము "శాంతికము" కాగలదు. ఇట్టిది- సర్వవిషయము లందు శాంతిని కలిగించును. పై విధముగానే ఆవుపేడను గొనివచ్చి, యెండించిన పిదప "షడంగ మంత్రము"ల చేత దహించిన యెడల ఆ భస్మము "పౌష్టికము" అనబడును. ఇది సకల కార్యములకు, దేహమునకు, పుష్టి నొసంగగలదు. పై విధముగా గోమయమును గొనివచ్చి, పలుచగా- పత్ర ములవలె చేసి, యెండించి "ప్రాసాద మంత్రముచే" పాలాశ సమిధలతో దహించిన ఆ భస్మము "కామద" మనబడును. ఇది సమస్త కోర్కెలు తీర్చగలదు.

శ్లో॥ ప్రాత రుత్థాయ దేవర్షే భస్మవ్రత పరః శుచిః।
గవాం గోష్ఠేషు గత్వాతు నమస్కృత్వామి గోకులమ్॥
ప్రాసాదేన తు మంత్రేణ గృహీత్వా గోమయం శుభం।
హృదయేనతు మంత్రేణ పిండీ కృత్యతు గోమయమ్॥
రవిరశ్మి సుసంతప్తం శుచౌదేశే మనోహరే।
తుషేణ వా బుసైర్వాపి ప్రాసాదేనతు నిక్షిపేత్॥
అరణ్యుద్భవ మగ్నింవా శ్రోత్రియాగార జంతువా।
తదగ్నౌ విన్యసేత్తం చ శివబీజేన మంత్రితః॥
గృహ్ణీయా దథ తత్రాగ్నికుండా భస్మ విచక్షణః।
నవపాత్రం సమాదాయ ప్రాసానతు నిక్షిపేత్॥
నిక్షిపేత్తత్ర పాత్రేతు సద్యోమంత్రేణ శుద్ధధీః॥

ప్రాతఃకాలమునందు భస్మవ్రత తత్పరుడగువాడు శుచి కల్గి, గోశాలకు బోయి, అచ్చటి గోవులకు నమస్కరించి, అనుజ్ఞను వేడి, పిదప ప్రాసాదమంత్రమును జపింపుచు, క్రిందపడకుండ గోమయమును (ఆవు పేడను) గొని తేవలెను. అటు పిమ్మట హృదయ మంత్రము జపింపుచు, ఆ గోమయమును పిసికి, పలుచని ఆకులవలె చేసి, సూర్యరశ్మిచే (ఎండలో) బాగుగా యెండించి, ఆ తరువాత పాలాశ సమిధల యందుగాని, ఊక-పొట్టు మొదలగు వాని యందుగాని, ప్రాసాద మంత్రముచే ఉంచి, అరణిచే జనించిన అగ్నిచేత-శివబీజ మంత్రములు జపింపుచు వాటిని దహించవలెను. బాగుగా చల్లారిన పిదప ఆ గోమయపుటాకులను జాగ్రత్తగా తీసి, పలుచని తెలుపురంగు గల క్రొత్త వస్త్రమునందుంచి, వస్త్రగాలన మొనర్చి; పవిత్రము, శుద్ధమునగు నా భస్మమును ఒక క్రొత్త పాత్రలో ప్రాసాద మంత్రస్మరణ గావింపుచు ఉంచి, భద్రపరచవలెను. తరువాత ఆ భస్మమునందు కస్తూరి, కేతకీ, పాటలీ ఉసీరాది సుగంధ ద్రవ్యములను కలిపి సద్యో జాతాది పంచబ్రహ్మ మంత్రములచే నభిమంత్రించవలెను. ఈ విధముగా తయారుచేయబడిన భస్మము మిగుల ప్రశస్త మైనది. ధారణ మాత్రమున... ఇది సకల పాపములను పోకార్చి, పవిత్రులను గావించుటయేగాక ఇష్టసిద్ధి నొసంగ గలదు. ఇట్టి విభూతిని ప్రతి అష్టమి, పూర్ణిమ, అమావాస్య తిథులందు ప్రాసాద మంత్రములచేతను, షడంగమంత్రముల చేతను, పంచబ్రహ్మ మంత్రములచేతను అభిమంత్రింపు

చుండిన ఎంతకాలము వరకైనను నవశక్తి సమన్వితమై, సర్వార్థ సాధనకరమై యుండగలదు !

పాశుపత వ్రత విధి

భస్మధారణమునందు పాశుపతవ్రత మాచరించుట అనేక జన్మల సంస్కారము వలనగాని సంప్రాప్తించదు ! శుక్లపక్ష త్రయోదశీ తిథియందు గోమయమును పూర్వము వలెనే గ్రహించి తెచ్చి, ముద్దగా చేసి, కుండము నందుగల సమిధల మధ్య ఆ ముద్దనుంచి, దీక్షితుడై హవిష్యాన్నమునే భుజించి, శివార్చన గావించిన పిదప విధి ప్రకారము ఆ కుండమునందు అగ్నిని ప్రతిష్ఠించి, తన గృహ్య సూత్రము ననుసరించి విరజామంత్రములతో హోమమును కావించవలెను పిమ్మట తత్త్వశుద్ధియగునను భావముతో తత్త్వన్యాస హోమము నొనర్పవలెను. మరుదినమగు చతుర్దశీ తిథియందు కూడ పూర్వ దినమువలెనే హోమమును జరుపవలెను. ఆనాడు పూర్తిగా ఉపవాసం ఉండవలెను. పూర్ణిమనాడు ఉదయముననే లేచి, నిత్యకర్మలు నిర్వర్తించుకొని, పంచాక్షరీ మంత్రముతో నేయి, సమిధలు (చరువు) పదివేల పర్యాయములు హవన మొనర్పవలెను. పిమ్మట పూర్ణాహుతి గావించి, రుద్రాగ్నిని విసర్జన మొనర్చి, సాంగసీతలముగ అందలి హోమగోమయ భస్మములను గ్రహించవలెను. తరువాత జడలు దాల్చిగాని, ముండిగాగాని, రాగద్వేషరహితుడై దిగంబరుడుగాగాని, లేక కాషాయ వస్త్రములు ధరించిగాని మంత్రాను, దండము ధరించి, పాదప్రక్షాళన చేసి. రెండు

పర్యాయములు ఆచమనము గావించి "అగ్నిరితి" అను అథర్వణ మంత్రములు ఆరు చదివి, తూర్పు ముఖముగా నుండి తలనుండి పాదముల వరకు ఆ విరజాగ్ని భస్మమును పూసుకొనవలెను. అటు తరువాత ప్రణవమును చర్చింపుచు శరీరమునందు ఆ భస్మమును ధారణ చేయవలెను. పిమ్మట "త్ర్యాయుషా" అను మంత్రముతో త్రిపుండ్రములు దాల్చవలెను. ఇట్లు శివభావముతో నొనర్చిన పాశుపతవ్రతము కాగలదు. ఈ వ్రతమును ఆరు లేక మూడు సంవత్సరములు గాని, ఆరు లేక మూడు నెలలుగాని, పండ్రెండు, ఆరు, మూడు దినములుగాని, తుదకు ఒక దినమైనను చేయ వచ్చును. ఈ వ్రతాచరణమువలన ఇహ- పరసౌఖ్యములు చేకూరగలవు. మానవుడు సర్వపాప విముక్తుడై పరమ పదము నందగలడు. పశుత్వము నశించి, పరతత్వము ప్రాప్తించగలదు. ఈ విధానము మహా పుణ్యప్రదము, పరమ సౌఖ్యకరము. ఈ విరజా భస్మముచే స్నానమాచరించిన సమస్త వ్యాధులు నిర్మూలింపబడి ఆరోగ్యవంతులు కాగలరు.

భస్మధారణ విధి

శ్లో॥ బ్రహ్మ విష్ణు మహేశానా స్త్రిస్రో రేఖా ఇతి స్మృతాః।
ఆద్యో బ్రహ్మ తతో విష్ణు స్తదూర్ధ్వంతు మహేశ్వరః॥

జలములచే స్నానమొనర్చిన పిదప ఆచమన మొనర్చి "అగ్నిరితి" అను మంత్రముచే భస్మమును గ్రహించి, చల్లని నీటిచే తడిపి, దానియందు ప్రణవయుక్తమగు పంచకోణ

యంత్రమును లిఖించి "త్ర్యంబకం" అను మంత్రముచే నభి మంత్రించి, పంచబ్రహ్మ మంత్రములు స్మరింపుచు, ఫాల భాగము నందు అడ్డముగా కనుకొలికిల వరకు మూడు రేఖలు తీర్చవలెను. ఇందు అడుగు భాగము నందలి మొదటి రేఖ బ్రహ్మ స్వరూపము. మధ్యరేఖ విష్ణుస్వరూపము. పైభాగము నందలి రేఖ ఈశ్వర స్వరూపము అని తెలుపబడినది.

శ్లో॥ మధ్యాంగుళి త్రయేణైవ స్వదక్షిణ కరస్యతు।
షడంగులాయతం మాన మపి చాధిక మానకమ్॥
నేత్రయుగ్మ ప్రమాణేన ఫాలే దీప్తం త్రిపుండ్రకం।
కదాచి ద్భస్మనాకుర్యా త్సరుద్రోనాత్ర సంశయః॥
అకారోఽనామికా ప్రోక్తా ఉకారో మధ్యమాంగుళిః।
మకార స్తర్జనీ స్తస్మా త్త్రిపుండ్రం త్రిగుణాత్మకమ్॥

తన కుడిచేతి యందలి ఐదువ్రేళ్ళలో మధ్య నగల మూడు వ్రేళ్ళచే (తర్జని, మధ్యమ, అనామికలు) ఆరంగుళ ములకు తక్కువగాని అడ్డ రేఖలు ధరించవలెను. ఎడమ కనుకొలికి నుండి కుడికన్ను కొలికి వరకు ఈ త్రిపుండ్ర ధారణ గావించవలెను. ఉంగరపు వ్రేలు (అనామిక) అకార స్వరూపము. మధ్యవ్రేలు ఉకార స్వరూపము; చూపుడు వ్రేలు (తర్జని) మకార స్వరూపము. ఈ మూడూ కలసిన మొకటి ప్రణవ స్వరూపము కాగలదు. మరియు ఈ మూడును సత్వరజస్తమో గుణములకు సంకేతములు, త్రిమూర్త్యాత్మక మును అయియున్నవి. బ్రహ్మోత్తర ఖండమను గ్రంథము నందు మరియొక విధానము తెలుపబడినది.

శ్లో॥ మధ్యమానామి కాంగుష్ఠై ర్లలాటే యత్త్రిపుంద్రకం।
తత్త్రిపుంద్రం భవేచ్ఛస్తం మహాపాతక నాశనమ్॥
మధ్యమానామి కాంగుష్ఠై రనులోమ విలోమతః॥

ఉంగరపు వ్రేలు, మధ్యమాంగుళి, బొటనవ్రేళ్ళతో త్రిపుంద్రమును ధరించవలెను. అది యెట్లనిన మధ్య వ్రేలితో ఎడమ నుండి కుడికి క్రింది రేఖను, బొటనవ్రేలితో కుడి నుండి యెడమకు మధ్య రేఖను, ఉంగరపు వ్రేలితో ఎడమ నుండి కుడికి పైనగల రేఖను భస్మముచే ధరించవలెను. ఇట్టి త్రిపుంద్ర ధారణము ప్రశస్తమైనది. మహా పాతకములను నశింపజేయగలదు.

శ్లో॥ విభూతి ధారణం త్యక్త్వాయః శివం పూజయిష్యతి।
సదుర్భగః శివద్వేష్టా సద్వేషో నరకప్రదః॥

విభూతిని ధరింపక శివుని పూజించుటవలన దుర దృష్టము ప్రాప్తించగలదు. మరుజన్మయందు శివద్వేషియై నరకమును చెందగలడు. మరియు విభూతిని ధరింపక చేయబడు స్నాన సంధ్యా జపహోమ దైవార్చనలు, పితృ కర్మలు, సమస్తము నిష్ఫలములు కాగలవు. కావున తప్పని సరిగా శ్రౌతభస్మమును సంపాదించి, జాగ్రత్తపరచుకొని, ప్రతిదినము ఆ భస్మమును ధరింపుచుండవలెను. శ్రౌత భస్మము లభించని యెడల లౌకిక భస్మమైనను ధరించవలెనే గాని భస్మధారణ చేయక సంధ్యావందనాది కర్మలు చేయ కూడదు!

(శ్రౌత భస్మమనగా నిత్యాగ్నిహోత్ర తత్పరులగు ఆహితాగ్నుల గృహమందలి గార్హపత్యాగ్నిచే నేర్పడిన

భస్మము. లౌకిక భస్మమనగా అన్యులు ఆవుపేడచే తయారు చేసిన భస్మము.)

భస్మ మాహాత్మ్యం

శ్లో॥ అత్రతే కథయామ్యేన మితిహాసం పురాతనం। కదాచి దథ దుర్వాసాః పితృలోకం గతోఽభవత్।
భస్మసందిగ్ధ సర్వాంగో రుద్రాక్షా భరణాన్వితః।
శివశంకర సర్వాత్మన్ శ్రీమంతర్జగదంబికే॥

పూర్వ మొకప్పుడు మునిశ్రేష్ఠుడగు దుర్వాస మహర్షి సర్వాంగములందు విభూతిని ధరించి, ఒడలంతయు రుద్రాక్ష మాలలు దాల్చి, శివ ! శంకరా ! సర్వాత్మకా ! శ్రీమాతా ! జగదంబికా ! యని స్మరింపుచు, పితృలోకమున కేగగా అచ్చటి కవ్యవాహనాదులా మహర్షి కెదురేగి, నమస్కరించి, అర్ఘ్యపాద్యాదుల నొసంగి;ఆసనాద్యుపచారములచేసత్కరించిరి. అంతనా ముని వారిని కుశలప్రశ్నలు గావించు సమయమున ఎచ్చటినుండియో కొందరి హాహాకారములు వినిపించినవి. ఆ బాధాయుతమగు ఆక్రోశములకు దుర్వాస మహర్షి హృదయము ద్రవించినది. "అవి ఎచ్చటివ"ని వారి నడిగెను. అందుల కచ్చటివారు ఈ సమీపముననే కుంభీపాక నరకము కలదు ! అందలి పాపులు యమకింకరులు పెట్టు బాధలకు తాళజాలక విలపించుచుండిరి." అని చెప్పగా దుర్వాస ఋషి యా నరకమును గాంచుటకు బయలుదేరెను.

నరజన్మయందు ఘోరాతి ఘోరమగు పాపము లొన

ర్చిన వారిని మరణానంతరమునందు యమభటులు "కుంభీపాకము" అను నరకమునందు బడవైచి అనేక విధములగు యాతనలకు గురిసేయుచుండెదరు. ఘోర రూపులగు ఎనుబది నల్గురు భటులా నరకకుండమును కాపాడుచుండెదరు. ఆ నరకమందు కల్గు యాతన లిట్టివని నూరేండ్లు వర్ణించినను తరుగవు. దుర్వాస మహర్షి ఆ కుండమువద్దకు వచ్చి, తలవంచి లోనికి చూచెను. అప్పుడా నరక వాసులకు సమస్త బాధలు అంతరించి, గొప్ప సుఖానుభూతి కల్గి, ముదమందసాగిరి. వారి కపుడు స్వర్గాధిక సుఖము సంప్రాప్తమగుట వలన కొందరు నవ్వుట, కొందరు పాడుట, మరి కొందరు ఆడుట చేయుచుండిరి. అంతియేగాక ఆ నరక కూపమునుండి పంచమ స్వరములతో ఇంపగు అనేక నాదములు, సుగంధ పుష్ప వాసనలు వెలువడసాగినవి. అందులకా ముని యబ్బురపడగా అచ్చటి వారందరు ఆశ్చర్య చకితులై యుండిరి. యమదూత లీ విషయము వెనువెంటనే యమధర్మరాజునకు విన్నవించిరి.

యమధర్మరాజు వెనువెంటనే ఆ నరక కూపమువద్ద కరుదెంచి, అచ్చటి పరిస్థితికి విస్మయమంది, ఆ వార్తను ఇంద్రునికి తెలియబంపెను. తత్కాలమునందే బ్రహ్మాది సమస్త దేవతలు అచ్చోటి కేతెంచిరి. వారెల్లరు నరకవాసులందరు సుఖశాంతులతో సంతోషముగా నుండుట గాంచిరి. కాని అందులకుగల కారణము గుర్తెరుంగ లేకపోయిరి. నరకము లీ విధముగా మార్పు జెందుచుండిన యెడల పర

మేశ్వరు డేర్పరచిన వేద మర్యాదకు భంగము వాటిల్లును గదా! యని తలచి, శ్రీహరి దేవతలతో సహా కైలాసమున కేగి, ఈ వృత్తాంతము నంతయు పరమశివునికి దెల్పి, ఇందు లకు కారణము దెల్పుమని ప్రార్థింపగా ఆ శంకరుడు చిరు మందహాస మొనర్చి, కుంభీపాక నరకము స్వర్గతుల్యమగు టకు కారణము నీ విధముగా దెల్పెను.

"ఓ హరీ! ఇందాశ్చర్యపడవలసిన పనిలేదు! ఇదంతయు విభూతి మాహాత్మ్యము, భస్మశక్తి కసాధ్యమైన దేదియును లేదు! పరమ భక్తాగ్రగణ్యుడైన నా భక్తుడు దుర్వాస మహర్షి కుంభీపాకమును జూచుటకై వెడలి, ఆ కూపమునందు శిరము వంచి, తొంగి చూచు సమయమందు దైవ యోగముచే వాయు స్పర్శవలన ఆ మహర్షి ధరించిన నుదుటి భస్మరేణువులు రాలిపడుటచే ఇట్టి వింత జరిగినది. అది అంతయు భస్మమహిమే సుమా! మరియు నేటినుండి ఆ కుంభీపాకము నరక, పితృలోక వాసులకు పుణ్యతీర్థముగ మారగలదు! అందు మునిగినవారికి గొప్ప సుఖములు కల్గును. ఇక నుండి ఆ కుండము పితృలోక వాసులకు "పితృ తీర్థమ"ను పేర వాసి గాంచగలదు. మీరెల్లరు తక్షణమే అచ్చోటి కేగి, దేవీ సహితముగ నా లింగమును ప్రతిష్ఠింపుడు. నన్ను పితృతేశ్వరుడనియు, దేవిని పితృతేశ్వరి యనియు పితృ లోక వాసులెల్లరు స్మరించి, పూజించి, తరించగలరు." అని శివుడు పల్కగా హరి బ్రహ్మాది దేవత లెల్లరు వెనువెంటనే కుంభీపాకమును జేరి, శివాజ్ఞను పాలించిరి. ఆ విభూతి

రేణువుల మాహాత్మ్యముచే ఆ కుంభీపాకము నందున్న వారెల్లరు పుణ్యవంతులై, దివ్య విమానముల నెక్కి, కైలాస మున కేగిరి. అట్లు కైలాసమున కేగిన ఆ పుణ్యాత్ములు భద్రగణములుగా పేరు గాంచి, నేటికినీ పూజింపబడు చుండిరి. ఆ తరువాత యమధర్మరాజు పాపుల కొరకు వేరొక చోట మరొక కుంభీపాక నరక కూపమును సృష్టించెను. (దేవీ భాగవతం 11 వ స్కంధం)

శ్లో॥ బ్రాహ్మణైః క్షత్రియై ర్వైశ్యైః। శూద్రైరపిచ సంకరైః॥
అపభ్రంశై ర్ధృతం భస్మ। త్రిపుండ్రోద్ధూ ళనాత్మనా॥
ఉద్ధూలనం త్రిపుండ్రంచ। యైః సమాచరితం ముదా।
త్వేవ శిష్టా విద్వాంసో। నేతరే మునిపుంగవ॥

బ్రాహ్మణులు, క్షత్రియులు, వైశ్యులు, శూద్రులు, సంకరులు, అపభ్రంశులు నగువారెల్లరు భస్మముచే త్రిపుండ్రక ములు ధరింతురు. అనగా నెల్లవారును ఏ తారతమ్యము లేక భస్మమును ధరించి పవిత్రులు గావచ్చును. సంతోషయుక్త చిత్తులై భస్మముచే త్రిపుండ్రములను ధరించిన వారే శిష్టా చార పరులు. విద్వాంసులుగా పరమేశ్వరుని దృష్టిలో పరిగ ణింపబడుదురు. "శివస్య విష్ణోర్దేవానాం బ్రహ్మణ స్తుష్టి కారణమ్" అనుటచే భస్మధారణము వలన బ్రహ్మ, విష్ణు మహేశ్వరులు, సమస్త దేవతలు తృప్తినందగలరు!

శ్లో॥ న దానేన న యజ్ఞేన న తపోభిః సుమన్త్రితైః।
న తీర్థయాత్రయా పుణ్యం త్రిపుండ్రేణ చ లభ్యతే॥

ద్విజాతిర్వాఽన్యజాతిర్వా శుద్ధచిత్తేన భస్మనా।
ధారయేద్యః త్రిపుండ్రాంకం రుద్రస్తేన వశీకృతః॥

అతి కష్టతరములైన తపస్సు, యజ్ఞము, దానము, తీర్థయాత్రా సేవనము అను కర్మల ద్వారా ప్రాప్తించు పుణ్యమున కంటెను ప్రతినిత్యము భస్మముచే త్రిపుండ్రములు ధరించుటచే కల్గు పుణ్యము ఎన్నియోరెట్లధికము, ద్విజులు గాని, అన్యులగు ఇతర ఏ జాతివారలుగాని పరిశుద్ధచిత్తులై భస్మముచే త్రిపుండ్రములను ధరింపుచుండిన అట్టి వారికి దుఃఖములను నశింపజేయు రుద్రుడు వశవర్తుడై యుండ గలడు !

శ్లో॥ ధ్వంసనం సర్వదుఃఖానాం సర్వపాప విశోధనమ్।
అంత్యజో వాఽధమో వాఽపి మూర్ఖోవా
పండితోఽపివా॥

యస్మిన్దేశే వసేన్నిత్యం భూతిధారణ సంయుతః।
తస్మిన్సదాశివః సోమః సర్వభూతగణైర్వృతః॥
సర్వతీర్థైశ్చ సంయుక్తః సాన్నిధ్యం కురుతే సదా॥

విభూతి సర్వదుఃఖములను నశింపజేయగలదు. సర్వ పాపముల నుండి మానవులను ముక్తులను గావించి, పవిత్రుల నొనర్పగలదు. అంత్యజుడుగాని, అధముడుగాని, మూర్ఖుడు గాని లేక మహాపండితుడుగాని ఎవ్వరైనను వారి వారి అర్హతలతో నిమిత్తము లేకుండ విభూతిని ధరింపుచుండిన యెడల వారు నివసించు తావులయందు సమస్త భూతగణ

ములు, సకల పుణ్య తీర్థములతోకూడి పార్వతీ సమేతుడై ఆ పరమేశ్వరుడు ఎల్లవేళలయందు నివసించుచుండును.

ధారణాంగ దేవతలు

శ్లో॥ మూర్ధ్ని చైవ లలాటే చ కర్ణేకంఠే తథైవ చ ।
హృదయే చైవ బాహ్వోశ్చ సంధి స్థానేషు [illegible]
పంచాంగుళై ర్న్యసే న్మూర్ధ్ని ప్రాసాదే న తు [illegible]
త్ర్యంగుళై ర్విన్య సేద్భాలే శిరోమంత్రేణ [illegible]॥
సద్యేన దక్షిణే కర్ణే వామదేవేన వామకే॥
అఘోరేణ తు కంఠేచ మధ్యాంగుళ్యా [illegible]
హృదయం హృదయేనైవ త్రిభిరంగుళిభిః [illegible]॥
విన్యసే దక్షిణే బాహౌ శిఖామన్త్రేణ [illegible]
వామబాహౌ న్యసేద్ధీ మాన్కవచేన త్రియం[illegible]॥
మధ్యేన సంస్పృశే న్నాభ్యా మీశాన ఇతి మంత్రతః
శిరోమధ్యే త్ర్యయం బ్రహ్మా ఈశ్వరస్తు లలాటకే॥
కర్ణయో రశ్వినౌ దేవౌ గణేశస్తు గళే తథా॥
సంధి స్థో సర్వదేవానాం నాభిదేశే [illegible]॥
మధ్యాహ్నేత్వాప గ్నైర్యుక్తం పయసో [illegible]

విభూతి ధరించుటకు ఆరు ముఖ్య స్థానములు [illegible] బడినవి. ఇందు శిరోభాగము (నడినెత్తి). [illegible] (నుదురు), కర్ణములు (చెవులు), కంఠము (మెడ), [illegible]యము, బాహువులు (భుజములు) అనునవి [illegible] స్థానములు. ఇవిగాక అంగములయొక్క సంధిస్థానములు [illegible]

నాభిస్థానము (పొట్ట) కూడ తెలుపబడినవి. ఈ మొత్తం అష్టాంగ స్థానములుగా తెలుపబడినవి.

భస్మమును మధ్యాహ్నమునకు గల ముందు కాలము నందు చన్నీటిచే తడిపి ధరించవలెను. మధ్యాహ్నం తరువాత గల కాలములోను, రాత్రివేళలందు కూడ భస్మమునే ధరించవలెను. ప్రాసాద మంత్రముచేత మూడంగుళముల రేఖలను శిరోభాగమునందు ధరించవలెను. మూడంగుళములు గల రేఖలను ఫాలభాగమునందు శిరోమంత్రముచే ధరించవలెను. సద్యోజాతమంత్రముచే కుడి చెవియందు, వామదేవ మంత్రముతో ఎడమ చెవియందు, అఘోర మంత్రముచే కంఠము నందు, కుడిచేతి యందలి మధ్యమ మూడు ప్రదేశినితో భస్మ ధారణ మొనర్పవలెను. అదే విధముగా హృదయ మంత్రము చేత హృదయమునందు శిఖామంత్రము చేత కుడి బాహువు నందు, కవచమంత్రముచేత ఎడమ భుజమునందు, ఈశాన మంత్రముచే నాభిస్థానమునందు, త్ర్యంబక మంత్రముచే సంధిస్థానములందు విభూతిని ధరించవలెను.

శిరోభాగమునకు బ్రహ్మ దేవత. అచట భస్మమును ధరించుటవలన బ్రహ్మజ్ఞానము ప్రాప్తించగలదు. లలాట భాగమునకు ఈశ్వరుడు దేవత. నుదుట త్రిపుండ్రములు ధరించుటవలన దైవత్వము కలిగి బ్రహ్మతేజ ముద్భవించ గలదు. కర్ణస్థానములకు అశ్వని దేవతలు దైవములు. వారి వలన రోగనాశనము, ఆరోగ్య వర్ధనము కాగలదు. కంఠము

నకు గణపతి దేవత. ఆ స్థానమునందు విభూతి ధరించుట వలన అనుగ్రహ పాండిత్య మేర్పడగలదు. శ్రీహరికి హృదయము స్థానముగుటవలన హృదయమునందు భస్మమును ధరించిన సర్వపాపములు హరింపబడి పవిత్రులు కాగలరు. బాహువులకు ఇంద్రుడు దేవత. బాహువులయందు భస్మమును ధరించిన శత్రునాశనము కాగలదు. నాభిస్థానమునకు (పొట్ట) కుబేరుడు దేవత. నాభి మరియు పొట్టయందు విభూతిని ధరించిన యెడల సకల సంపదలు చేకూరగలవు. సంధి స్థానములకు ఇతర దేవత లధిపతులు గావున ఆయా స్థానములందు భస్మమును ధరించిన యెడల సకలాభీష్టములు నెరవేరగలవు. సర్వావయవములందు అనుదినము భస్మధారణ గావింపుచుండిన మృత్యుంజయుడు కాగలడు. ఇట్టి త్రిపుండ్రములు ధరించుట వేదసమ్మతము భస్మముచే ఆగ్నేయ స్నాన మాచరించుట మిక్కిలి శుభావహము. ముందు జలస్నానము చేసిన పిమ్మట భస్మస్నాన మాచరించవలెను. జలస్నానము చేయలేని సమయములందు భస్మస్నానము చేసనే జనులు పవిత్రులు కాగలరు. అట్టి సమయములందు ఈశాన మంత్రముతో కాలుసేతులు కడుగుకొని, తరువాత భస్మమును గ్రహించి, తత్పురుష మంత్రముతో ముఖమునందు, అఘోర మంత్రముతో హృదయమునందు, వామదేవ మంత్రముతో నాభి ప్రదేశమునందు, పంచబ్రహ్మ మంత్రములతో సర్వాంగములందు భస్మమును పూయవలెను. తరువాత కట్టిన వస్త్రములు వదలి వేరొక శుద్ధవస్త్రము

ధరించి, తిరిగి కాలుసేతులు కడిగికొని ఆచమనము చేయవలెను. ఈ విధమైన భస్మస్నానమువలన శరీర బాహ్యాభ్యంతర శుచిత్వము ప్రాప్తించగలదు.

భస్మధారణాయాం దుపయోగించు మంత్రములు:

త్ర్యంబక మంత్రం

ఓం త్ర్యంబకం యజామహే సుగంధిం పుష్టివర్ధనం ఉర్వారుకమివ బంధనా న్మృత్యో ర్ముక్షీయ మామృతాత్॥

(పంచబ్రహ్మ మంత్రములు)

1. సద్యోజాత మంత్రం

ఓం సద్యోజాతం ప్రపద్యామి సద్యోజాతాయవై నమో నమః భవే భవే నాతిభవే భవస్వమాం భవోద్భవాయ నమః॥

2. వామదేవ మంత్రం

ఓం వామదేవాయ నమో జ్యేష్ఠాయ నమ శ్శ్రేష్ఠాయ నమో రుద్రాయ నమః కాలాయ నమః కలవి కరణాయ నమో బలవికరణాయ నమో బలాయ నమో బల ప్రమథనాయ నమ స్సర్వభూతదమనాయ నమో మనోన్మనాయ నమః॥

3. అఘోర మంత్రం

ఓం అఘోరేభ్యో థఘోరేభ్యో ఘోర ఘోరతరేభ్యః॥ సర్వేభ్యస్సర్వ శర్వేభ్యో నమస్తే అస్తు రుద్రరూపేభ్యః॥

4. తత్పురుష మంత్రం

ఓం తత్పురుషాయ విద్మహే మహాదేవాయ ధీమహి
తన్నోరుద్రః ప్రచోదయాత్॥

5. ఈశాన మంత్రం

ఓం ఈశాన స్సర్వ విద్యానా మీశ్వర స్సర్వ భూతా
నాం బ్రహ్మాధిపతి ర్బ్రహ్మణోధిపతి ర్బ్రహ్మా శివోమే అస్తు
సదాశివోమ్॥

ప్రాసాద మంత్రం "ఓం హౌమ్ ఓం"

ఆపో మంత్రం "ఓం ఓ మాపో జ్యోతి రసోఽమృతం బ్రహ్మ ఓం"

పంచాక్షరీ మంత్రం "ఓం నమశ్శివాయ"

హృదయ మంత్రం "ఓం హృదయాయనమః ఓం"

శిరో మంత్రం "ఓం శిరసే స్వాహా ఓం"

శిఖా మంత్రం "ఓం శిఖాయై వషట్ ఓం"

కవచ మంత్రం "ఓం కవచాయ హుం ఓం"

నేత్ర మంత్రం "ఓం నేత్రత్రయాయ వౌషట్ ఓం"

అస్త్ర మంత్రం "ఓం అస్త్రాయఫట్ ఓం"

సప్తవ్యాహృతి మంత్రం "ఓం భూః ఓం భువః ఓగ్ం సువః ఓం మహః ఓం జనః ఓం తపః ఓగ్ం సత్యం ఓం"

వ్యాహృతిత్రయ మంత్రం "ఓం భూర్భువస్సువః ఓం"

ప్రణవ మంత్రం "ఓం నమః ఓం ఓం (శివ) [illegible]"

గృహస్థులకు ముఖ్యం "ఓం త్ర్యాయుషే జమదగ్నేః కశ్యపస్య త్ర్యాయుషం యద్దేవానాం త్ర్యాయుషం తన్మే అస్తు త్ర్యాయుషం॥

బ్రహ్మచారులకు ముఖ్యము

ఓం మేధావీ భూయాసం। తేజస్వీ భూయాసం। వర్చస్వీ భూయాసం। బ్రహ్మవర్చస్వీ భూయాసం। ఆయుష్మాన్భూయాసం। అన్నాదో భూయాసం। యశస్వీ భూయాసం। సర్వసమృద్ధో భూయాసం॥

ఎల్లవారికిని ముఖ్యము : "శివాయ నమః"

(భస్మధారణమందు పై మంత్రముల నుపయోగించుకొనవలెను.)

శ్లో॥ తేషాం నాస్తి వినిర్మోక్షః। సంసారా జన్మకోటిభిః।
నత ధ్యానం నత మోక్షం నత జ్ఞానం నత తపః॥

ఓమ్

రుద్రాక్షధారణ మహిమ

శ్లో॥ మహాదేవం మహాత్మానం మహాపాతక నాశనం।
మహాపాపహరం వందే మకారాయ నమో నమః॥

శ్లో॥ విభూతి ధారణం కార్యం రుద్రాక్షాణాం చ ధారణమ్।
క్రమ యోగేన కర్తవ్యం సర్వదా జపసాధకైః॥

శ్లో॥ సర్వాశ్రమాణాం వర్ణానాం రుద్రాక్షాణాం చ
ధారణమ్।
రుద్రాక్ష ధారణా ద్రుద్రో భవత్యేవ న సంశయః।

వేదప్రోక్తమగు వర్ణవ్యవస్థయందు [illegible] వారికి నిర్ణయించిన ఆశ్రమ ధర్మముల [illegible] పవిత్రులుగాను, పాపరహితులుగాను ఉండి. [illegible] తరుణచే ప్రాప్తించిన జ్ఞాన వైరాగ్యముల ద్వారా [illegible] తపోవిధులచే కైవల్యమును గాంచగలరు. [illegible] నందు చతుష్పాదయుతమగు ధర్మము [illegible] చుండెడిది. త్రేతాయుగమునందు [illegible] లుప్తమై, ద్వాపర యుగమునందు [illegible] క్రమశః క్షీణింపుచు ఈ కలియుగమునందు [illegible] మగుటవలన కలిమాయచేమానవు [illegible] కార్యాసక్తులుగాను, పాపసంకలుగాను [illegible] జ్ఞానరహితులుగాను మనుచుండిరి.

కలి మాయా ప్రకోపితులగు [illegible] శుచిత్వము, జ్ఞానవైరాగ్య [illegible] ప్రాప్తించి, జ్ఞాన అజ్ఞాన [illegible] తరించబడి, పునీతులుగా [illegible] పురాణ, స్మృతులయందనేక [illegible] పాయములను చెప్పియుండిరి. [illegible] ముఖ్యమైనవి. 1) భస్మధారణ 2) [illegible]

3) శ్రీహరినామ స్మరణములు అయియున్నవి. కావున భస్మధారణ మొనర్చుట, రుద్రాక్షమాలలు ధరించుట, సదా శ్రీ పరమేశ్వరుని దివ్యనామ స్మరణమును గావింపుచుండుట అను కర్మల నాచరించుటచే కలియుగమునందు మానవులు నిశ్చయముగ సర్వపాప వినిర్ముక్తులై మోక్షము నందగల రనుటలో ఎట్టి సందేహమును లేదు.

ప్రాతఃకాల స్నానానంతరము విధి పూర్వకముగా భస్మమును త్రిపుండ్రములుగా ధరించవలెను. పిమ్మట రుద్రాక్షమాలలు కూడ ధరించవలెను. జపసాధకులు, దైవ ప్రసాద లబ్ధాభిలాషులు ఈ కార్యక్రమమును తప్పక సర్వ కాలములందు ఆచరించవలెను. సర్వవర్ణములవారు, గృహస్థ, బ్రహ్మచర్య, వానప్రస్థ సన్యాసాది సర్వాశ్రమములవారు ఈ రుద్రాక్షలు ధరింపవచ్చును. రుద్రాక్షలు ధరించినవారు సాక్షాత్ రుద్రునితో సమానులు కాగలరు.

చూడరాని దృశ్యములు చూచినను, వినరాని వాచకములు వినినను, తినరాని పదార్థములు తినినను, పలుకరాని పల్కులు పలికినను, తిరుగరాని తావుల తిరుగాడినను, చేయరాని కార్యములు చేసినను, తలపరాని విషయములు తలంచినను, విసర్జింపదగని వానిని విసర్జించినను, స్వీకరింపదగిన వానిని స్వీకరించకున్నను ప్రాప్తించు దోషములు, వానిచే కల్గు పాపములు రుద్రాక్షలు ధరించిన మానవుల నంటజాలవు. మరియు రుద్రాక్షలు ధరించిన వానిని భుజింప

జేయుట సాక్షాన్మహేశ్వరుని భజింపజేయుటయే [illegible]. అట్టి రుద్రాక్షధారి కొసంగబడిన పానప్రద్రవ్యములు, ఫలములు, ఆహారము, తాంబూలాదిగాగల సమస్తము [illegible] తరములై అత్యుత్తమ ఫలముల నొసంగగలవు. రుద్రాక్షలు ధరించుటకు సంశయించినను, సిగ్గుపడినను, రుద్రాక్షలు ధరించిన వానిని జూచి పరిహాస మొనర్చినను, [illegible] చేసినను అట్టివాడు నిష్కృతిలేని పాపమును పొంది [illegible] గలడు.

శ్లో॥ రుద్రాక్షధారణా దేవ రుద్రో రుద్రత్వ మాప్నువాత్
మునయః సత్యసంకల్పా బ్రహ్మా బ్రహ్మత్వ [illegible]
[illegible]

రుద్రాక్షధారణా చ్ఛ్రేష్ఠం నకించిదపి విద్యతే।

రుద్రాక్షలను ధరించుటవల్లనే ఈశ్వరునికి రుద్రత్వము ప్రాప్తించినది. మహా మహిమోపేతములగు ఆ రుద్రాక్షలు ధరించుటవలననే మునులు సత్యసంకల్పులుగా [illegible]. బ్రహ్మ ఈరుద్రాక్షలు ధరించుటచేతనే బ్రహ్మత్వమును [illegible]. రుద్రాక్షలు ధరించుటకంటె శ్రేష్ఠమైన కార్యము [illegible] లేదు. రుద్రాక్షలు ధరించినవానికి, సువర్ణవస్త్ర [illegible] దానమొనర్చువాడు, సర్వపాపములనుండి [illegible] సాక్షాత్ శివలోకమున కేగగలడు. రుద్రాక్షలు [illegible] పాదములు కడిగి, సత్కరించుట [illegible] ప్రాప్తించదు. అట్టి సమయ [illegible]

శ్లో॥ రుద్రాక్షం కేవలం వాపి యత్రకుత్ర మహామతే।
స మంత్రకం వా మంత్రేణ రహితం భావ వివర్జితమ్॥
యోవాకోవా నరో భక్త్యా ధారయే లజ్జయాఽపివా।
సర్వపాప వినిర్ముక్తః సమ్యగ్జ్ఞాన మవాప్నుయాత్॥

జన్మ మధ్యమం దెప్పుడైనను, ఎక్కడైనను మానవుడు తెలిసిగాని, తెలియకగాని రుద్రాక్షలను ధరించినను, మరియు సమంత్రకముగాగాని, మంత్ర రహితముగాగాని, భక్తిపారవశ్యముచేగాని లేక సిగ్గుచేగాని, మోహముచేగాని, అలంకార ప్రాయముగాగాని పవిత్రములగు రుద్రాక్షలను ధరించిన యెడల సర్వపాపములనుండి విముక్తుడై, ఈశ్వర కృపకు పాత్రుడై, జ్ఞానవంతుడై, మోక్ష సామ్రాజ్యమును పొందగలడు. కావున చెప్పుటకు వలనుపడని మహిమగల రుద్రాక్షలను ప్రతి మానవుడు తప్పక ధరించవలెను.

రుద్రాక్షోత్పత్తి

శ్లో॥ త్రిపురోనామ దైత్యస్తు పురాఽసీ త్సర్వ దుర్జయః।
హతాస్తేన సురాః సర్వే బ్రహ్మ విష్ణ్వాది దేవతాః॥
సర్వైస్తు కథితే తస్మిం స్తదాఽహం త్రిపురం ప్రతి।
అచింతయం మహాశస్త్ర మఘోరాఖ్యం మనోహరమ్॥
సర్వదేవమయం దివ్యం జ్వలంతం ఘోరరూపయత్।
త్రిపురస్య వధార్థాయ మఘోరాస్త్ర మచింతయమ్॥
దివ్యవర్ష సహస్రంతు చక్షురున్మీలితం మయా।
పశ్చాన్మమాకులాక్షిభ్యః పతితా జలబిందవః।

తత్రాశ్రు బిందుతో జాతా మహారుద్రాక్ష వృక్షకాః
మమాఽఽజ్ఞయా మహాసేన సర్వేషాం
హితకామ్యయా॥

ఒకప్పుడు పరమేశ్వరుడు కుమారస్వామికి రుద్రాక్షల పుట్టుకను గురించి తెల్పెను. "పూర్వమొక కాలమునందు త్రిపురుడను పేరుగల రాక్షసుడు ఘోరమగు తపోబలముచే జయింపనలవిగానివాడై దేవతల హవిర్భాగములనుగొనుచు. దైవసృష్టి క్రమమునకు భంగము కలుగచేయుచుండెను. బ్రహ్మ, విష్ణు మొదలగు వారతనిని జయింపలేకపోయిరి! అపుడు వారెల్లరు నా వద్దకు వచ్చి, ఆ విషయమును విన్నవించగా నేను లోక కల్యాణముకొరకు మహాఘోరమగునది. సర్వదేవమయమగునది, దివ్యశక్తి సమన్వితమగునదియగు అఘోరాస్త్రమును చింతింపుచు కనులు మూసితిని. దివ్య సమాధి నిష్ఠయందుండి వెయ్యి దివ్యవర్షములు [illegible] తిని. తుదకట్టి దివ్యాస్త్రము సాధించబడిన తోడనే నేను కన్నులు తెరవగా నా నేత్రముల నుంచి నీటి బిందువులు రాలినవి. అప్పుడు లోకహితము కొరకు అజ్ఞాపించగా ఆ జల బిందువులు రుద్రాక్ష వృక్షములుగా రూపొందినవి. [illegible] పరమ పవిత్రములగు రుద్రాక్ష వృక్షములు [illegible] రుద్రాక్షలని ప్రసిద్ధి వహించె. [illegible] శివాజ్ఞ చొప్పున పునీతులను గావించుచున్నవి.

రుద్రాక్షవృక్షభేదములు

శ్లో॥ ఏభూవస్తే చ రుద్రాక్షా అష్టత్రింశ త్ప్ర భేదతః।
సూర్యనేత్ర సముద్భూతాః కపిలా ద్వాదశ స్మృతాః॥
సోమనేత్రోత్థితాః శ్వేతాస్తే షోడశ విధాః క్రమాత్।
వహ్నినేత్రోద్భవాః కృష్ణాదశ భేదా భవంతిహి॥
శ్వేతవర్ణశ్చ రుద్రాక్షో జాతితో బ్రాహ్మ ఉచ్యతే
క్షాత్రారక్తస్తథా మిశ్రోవైశ్యః కృష్ణస్తు శూద్రకః॥

శివుని ఆజ్ఞచే సృజింపబడిన రుద్రాక్ష వృక్షములు 38 రకములుగా నుత్పత్తి నందినవి. పరమేశ్వరుని దక్షిణ నేత్రము (కుడికన్ను) నుండి రాలిన బిందువులవల్ల పది రెండు రకములు, వామనేత్రము (ఎడమ కన్ను) నుండి రాలిన బిందువులవల్ల పదునారు రకములు, భ్రూమధ్యము (మూడవ కన్ను) నుండి రాలిన బిందువులవల్ల పది రకములు. మొత్తము ముప్పది ఎనిమిది రుద్రాక్ష వృక్షములు సృష్టింపబడినవి. ఈ ముప్పది ఎనిమిది రకములు తిరిగి, తెలుపు, ఎరుపు, నలుపు, మిశ్రమ వర్ణమను నాల్గు రంగులు కలిగియుంటవి. ఇందు తెలుపు రంగుగల రుద్రాక్షలు శివుని ఎడమ కంటినుండి రాలిన జలబిందువులచే కలిగి బ్రహ్మజాతి యని తెలియబడుచున్నవి. కుడికంటి నీటివల్ల ఏర్పడిన రుద్రాక్షలు ఎరుపురంగు కలిగి క్షత్రియ జాతికి చెందినవై యున్నవి. రుద్రుని మూడవకంటి జల...ములచే బుట్టిన నలుపు రంగు రుద్రాక్షలు శూద్రజాతికి చెందినవి. ఈ మూడు వర్ణ

ములతో కూడిన మిశ్రమ వర్ణముగలవి వైశ్యజాతికి చెందిన విగా తెలుపబడినవి. ఏ జాతికి చెందిన రుద్రాక్షల నా జాతి వారు ధరించుట శుభప్రదము. ప్రయత్న పూర్వకముగా రుద్రాక్షలను సేకరించునపుడు ఏ వర్ణము వారు ఆ వర్ణము నకు సంబంధించిన రుద్రాక్షలను సేకరించి, ధరించవలెను. తన ప్రయత్నము లేకుండా భగవదేచ్ఛగా ప్రాప్తించిన రుద్రాక్షలు ఏ జాతికి సంబంధించినవైనను, అట్టి వాటిని వారు ఏ జాతి వారైనను ధరించవచ్చును.

రుద్రాక్షల విశేష వివరణ

ఆది మధ్యాంత రహితుడగు ఆ సదాశివునికి మూడు నేత్రములు గలవు. అందువలననే ఆ దేవదేవుని "ముక్కంటి వేల్పు" అని పిలుచుచుండెదము. ఈ మూడు నేత్రములు సోమ సూర్యాగ్నులకు ప్రతీకలు. అనగా పరమశివుని దక్షిణ (కుడి) నేత్రమునకు సూర్యుడు. వామ (ఎడమ) నేత్రమునకు చంద్రుడు, ఈ రెండు నేత్రములకు మధ్యన-భ్రూమధ్య స్థానమందలి మూడవ నేత్రమునకు అగ్నిదేవుడు అధిపతులు. రుద్రుడు జగత్కల్యాణమును కాంక్షించి దుష్ట శిక్షణ, శిష్ట రక్షణకై అఘోరాస్త్రమును ధ్యానింపుచు తపము సల్పిన పిమ్మట ఆ అస్త్రము సిద్ధించుటచే ఆనందపులకితుడై నేత్రములు దెరువగా సూర్య సంబంధమగు కుడి నేత్రము నుండి పదిరెండు సూర్యకళ లుద్భవించినవి. [1) తపినీ, 2) తాపినీ, 3) ధూమ్రా, 4) మరీచి, 5) జ్వాలినీ. 6)

రుచి, 7) సుషుమ్నా, 8) భోగదా, 9) విశ్వా, 10) బోధినీ, 11) ధారిణీ, 12) క్షమ యనునవి పదిరెండు సూర్య కళలు] అట్లుద్భవించిన సూర్యకళలు శివుని ఆజ్ఞచే లోక కల్యాణార్థము పదిరెండు భేదములుగల రుద్రాక్ష వృక్షములుగా మారినవి. ఈ సూర్యకళాత్మకములైన రుద్రాక్షలు అరుణ వర్ణము కలిగియుండగలవు. వీటిని ధరించుటవల్ల ఆరోగ్యము, కీర్తి, శత్రునాశము, ఆత్మశక్తి, తేజస్సు, ఓజస్సు, ప్రజ్ఞ, మేధాశక్తి ప్రాప్తించగలవు.

పై విధముగానే వామ (ఎడమ) నేత్రము నుండి చంద్ర సంబంధమగు పదునారు కళలు ఉద్భవించినవి. 1) అమృతా, 2) మానదా, 3) పూషా, 4) తుష్టి, 5) పుష్టి, 6) రతి, 7) ధృతి, 8) శశి, 9) చంద్రికా, 10) కాంతి, 11) జ్యోత్స్నా, 12) శ్రీ, 13) ప్రీతి, 14) అంగదా, 15) పూర్ణా, 16) పూర్ణామృతా యను పదునారు చంద్రకళలచే కల్గిన ఈ రుద్రాక్షలు తెలుపు వర్ణము కలిగియుండగలవు. ఇట్టి శ్వేతవర్ణ రుద్రాక్షలను మానవులు ధరించుటవల్ల అమృతత్వము, యౌవనము, తుష్టి, పుష్టి, సమృద్ధి, కాంతి, పరిపూర్ణత, ఉల్లాసము, సౌఖ్యము, సిరి సంపదలు, మంచి సౌందర్యము, బుద్ధిబలము, జ్ఞానవృద్ధి, సత్ చింతనలు ప్రాప్తించగలవు!

అగ్నిదేవతాకమగు రుద్రుని మూడవ నేత్రమునుండి అగ్నిదేవుని సంబంధితములగు దశవిధ అగ్నికళ లుద్భ

వించి; పది భేదములుగల రుద్రాక్షలుగా మారినవి. అవి: 1] ధూమ్రార్చిషా, 2] ఊష్మా, 3] జ్వలినీ, 4] జ్వాలినీ, 5] విస్ఫులింగినీ, 6] సుశ్రియా, 7] సురూపా, 8] కపిలా, 9] హవ్యవాహా, 10] కవ్యవాహా అనునవి.

ఈ పది విధములగు అగ్నికళలచే నేర్పడిన రుద్రాక్షలు కపిల [నలుపు] వర్ణము గలవి. ఈ కపిలవర్ణ రుద్రాక్షలను ధరించుటవల్ల మహాపాతకోప పాతకాది సమస్త పాప నాశనము, పవిత్రత, శుచిత్వము, విద్య, పాండిత్యము, రూపము, సచ్ఛీలము, బ్రహ్మతేజము, తపస్సిద్ధి, జ్ఞానము, వైరాగ్యము, వాక్శుద్ధి, నిశ్చలత్వము, మోక్షము ప్రాప్తించ గలవు. ఇందలి హవ్యవాహ కళాత్మకములగు రుద్రాక్షలు సర్వదేవతా ప్రీతికరములు. కవ్యవాహ కళాత్మకమగు రుద్రాక్షలు పితృదేవతా ప్రీతికరములు. వీటిని ధరించి పితరులకు శ్రాద్ధాది క్రియలు నిర్వర్తించిన యెడల "దశపూర్వేషాం దశాపరేషాం" అను విధముగా పది తరముల [ముందు వెనుకల] పితృదేవతలు వారెచ్చట నున్నను నిశ్చయముగా ముక్తి నందగలరు.

రుద్రాక్షల యోగ్యాయోగ్యతలు

శ్లో॥ సమాః స్నిగ్ధా దృఢాస్థ ద్వత్కంటకైః
సంయుతాం శుభాః।
కృమి దృష్టాన్ ఛిన్నా భిన్నా న్కంటకై
రహితాం స్తథా॥

వ్రణయుక్తా నావృతాంశ్చ షడ్ రుద్రముఖాంస్తు
వర్జయేత్।
స్వయమేవ కృతద్వారో రుద్రాక్షః స్యాచ్ఛివోత్తమః
యత్త పౌరుష యత్నేన కృతం తన్మధ్యమం భవేత్॥
సమాన్స్నిగ్ధా న్దృఢా, న్వృత్తా న్సామ సూత్రేణ
ధారయేత్॥
నిఘర్షే హేమ రేఖాభా యత్ర రేఖా ప్రదృశ్యతే॥

సమముగనుండుట, గట్టిగా నుండుట, నునుపులేక ముండ్లతో ఉబికి యుండునవి, స్పష్టమగు ముఖములు గలవి నగు రుద్రాక్షలు శుభకరమైనవి. షట్ దోష యుక్తములు. అనగా 1] పురుగులు తొలిచినవి. 2] చితికి భిన్నములై నవి. 3] ముండ్లులేనివి. 4] దెబ్బతిని ముఖభంగమైనవి. 5] నునుపుగా నున్నవి. 6] గుండ్రముగా నుండనివి ఈ ఆరు లక్షణములుగల రుద్రాక్షలు ఉపయోగించుటకు కూడనివి ! ఏ రుద్రాక్షనైనను, పుట్టుకతో మధ్య ద్వార మేర్పడి యుండిన అది ఉత్తమోత్తమైనదిగా తెలియదగి యున్నది. ప్రయత్నముచే రంధ్రముల నేర్పరచిన రుద్రాక్షలు మధ్యమ ఫలముల నొసంగును. రుద్రాక్షను బంగారము గీయు ఒరపిడి రాతిపై గీచిన బంగారమువలెనే గీటుకు రావలయునని, అట్టి రుద్రాక్షలు మాత్రమే పైన చెప్పిన 38 భేదములుగల రుద్రాక్షలు కోవకు చెందినవనియు, అట్లు గీటుకురాని రుద్రాక్షలు సంకరజాతికి జెందినవగుటచే నిష్ఫలములని శాస్త్రములు చెప్పుచున్నవి.

శ్లో॥ రుద్రాక్షాణాంతు భద్రాక్ష ధారణా త్స్యాన్మహాఫలమ్।
ధాత్రీఫల మాత్రంతు ప్రోచ్యతే మధ్యమం బుధైః।
అధమం చణ మాత్రం స్యా త్ప్రతిజ్ఞైషా మయోదితా॥

రుద్రాక్షలలో అదే జాతికి చెందిన "భద్రాక్షలు" అను వానిని కూడ రుద్రాక్షలవలె ధరించుట శ్రేష్ఠము. భద్రాక్షలు ధరించుటవల్ల గొప్ప ఫలములు కలుగగలవు! రుద్రాక్షల నుపయోగించనప్పుడు ఉసిరికపండు ప్రమాణం గల రుద్రాక్షలు చాల శ్రేష్ఠమైనవిగా తెలియవలెను. రేగుపండు ప్రమాణం గల రుద్రాక్షలు మధ్యమ ఫలప్రదములు. సెనగ కాయ ప్రమాణం గల రుద్రాక్షలు అధమ ఫలప్రదములు. అంతకు తక్కువ ప్రమాణం గల రుద్రాక్షలు ఫలశూన్యములు.

శ్లో॥ లక్షంతు దర్శనాత్పుణ్యం కోటిస్త
త్స్పర్శనాద్భవేత్।
తస్య కోటిగుణం పుణ్యం లభతే ధారణా న్నరః॥

అనేక జన్మలయందు భగవత్సేవచే ఏర్పడిన గొప్ప పుణ్యముగల వారికి గాని రుద్రాక్షల యందాసక్తి లభించదు. పవిత్రములు, పాపఘ్నములు, సౌఖ్యారోగ్య ప్రదములు నగు రుద్రాక్షలను చూచిన యెడల అతనికి గల పుణ్యఫలము లక్ష రెట్లు వృద్ధినందగలదు. రుద్రాక్షలను తాకుటవల్ల కోటిరెట్లుగా పుణ్యము వృద్ధి నందగలదు. రుద్రాక్షలను విధివిధానముగా ధరించిన నరులకు కోటి కోటిరెట్లు పుణ్యము ప్రాప్తించగలదు. సర్వవర్ణములవారు, సర్వాశ్రమ వాసులు; బాల, యౌవన

కౌమార, వృద్ధులు; స్త్రీలు, పతితులు, పాషండులు, చండాలాదిగా గల సర్వులు రుద్రాక్షలను, భస్మమును ధరించవచ్చును. భస్మ, రుద్రాక్షలు- సర్వకాల సర్వావస్థలయందు మానవుని దేహము నందుండవచ్చును. అవి నిరంతరము మానవులను పునీతులను గావింపుచుండగలవు.

రుద్రాక్ష ముఖభేదములు - దేవతలు

శ్లో॥ ఏకవక్త్రః శివ స్సాక్షా ద్బ్రహ్మహత్యాం వ్యపోహతి।
ద్వివక్త్రో దేవదేవ్యౌ స్యాద్ద్వివిధం నాశయే దఘమ్॥
త్రివక్త్ర స్త్వనలః సాక్షా త్స్త్రీహత్యాం దహతి క్షణాత్।
చతుర్వక్త్రః స్వయం బ్రహ్మా నరహత్యాం వ్యపోహతి॥

అన్ని జాతుల రుద్రాక్షలయందు ముఖ భేదము లుంటవి. గుండ్రని రుద్రాక్ష చుట్టూ ఈ ముఖము లుండగలవు. రుద్రాక్షపైగల కంటకములు ఉబ్బెత్తుగానుండి, మధ్యన అతి సూక్ష్మమగు సూత్రము కల్గియుండుటయే ముఖమనబడగలదు! ముఖము లేనిది రుద్రాక్ష కాదు. అడవి రేగు పండులోని గింజలపై వివిధ ముఖములు, ఇంకా ఇతరములగు శూలము, శివలింగము, నాగుపాము వంటి చిహ్నములను చిత్రించి; కొందరు వాటినే రుద్రాక్షలుగా నమ్మింపుచున్నారు. శుద్ధమగు రుద్రాక్షలపై ముఖములు తప్ప మరే విధమైన రూప చిహ్నములు ఉండగలవని పురాణ- ధర్మశాస్త్రాది

గ్రంథములందు తెలుపబడలేదు. అట్టి చిహ్నాంకితములగు రుద్రాక్షలు సృష్టియందున్న యెడల ఏదో ఒక గ్రంథము నందు సూచించబడకుండునా? ఇన్ని విషయములను ఆమూలాగ్రముగా దెల్పిన పురాణ గ్రంథములకు రూప చిహ్నములను చెల్పుట కష్టము కాదు కదా? కావున రుద్రాక్షలను వానిపై ఏ విధమగు ఆకారములు, చిహ్నములు కలిగియుండవని ప్రతివారు గమనించవలెను.

రుద్రాక్షలయందు ఒకే ముఖముగల రుద్రాక్ష సాక్షాత్ శివ స్వరూపము. ఇది బ్రహ్మహత్యాదిగా గల పంచమహా పాతకములను తొలగించగలదు. రెండు ముఖములు గల రుద్రాక్ష శివశక్త్యాత్మకమైనది. దీనినే "గౌరీశంకర" మందురు. ఇది సర్వపాపహారము. మూడు ముఖములు గల రుద్రాక్ష అగ్నిరూపమైనది. స్త్రీహత్యా పాపములను నాశన మొనర్చ గలదు. నాల్గు ముఖములు గలది బ్రహ్మ స్వరూపము. నర హత్యా దోషము లన్నింటిని నిరాకార్చగలదు!

శ్లో॥ పంచవక్త్రః స్వయం రుద్రః కాలాగ్నిర్నామ
నామతః।
అభక్ష్యభక్షణో ద్భూతై రగమ్యా గమనోద్భవైః॥
ముచ్యతే సర్వపాపైస్తు పంచవక్త్ర స్య ధారణాత్॥

ఐదు ముఖములు గల రుద్రాక్ష "కాలాగ్నిరుద్ర" స్వరూపము. ఏకముఖి, అష్టముఖి, చతుర్దశముఖి రుద్రాక్షల వలెనే ఇది కూడ ఉత్తమోత్తమమైనది. ఈశ్వరుని పంచ

ముఖములకన్నీ ఈ రుద్రాక్షయందలి పంచముఖములు ప్రతీకలు. పంచ సంఖ్యలతో గూడిన సృష్టియందలి పంచభూతములు, పంచబ్రహ్మలు, పంచేంద్రియములు, పంచతన్మాత్రలు, పంచ బాణములు, పంచాయుధములు, పంచోపచారములు, పంచ పల్లవములు, పంచామృతములు, పంచతత్వములు మొదలగున వెన్నియో పంచసంఖ్యాకములైన వన్నియు ఈ రుద్రాక్షయం దంతర్భూతములై యుండుట గొప్ప విశేషము. ఈ పంచముఖీ రుద్రాక్షలు ధరించుటవల్ల తినరానిపదార్థములు తినుటవల్ల కలుగు సర్వపాపములు దహించివేయబడి, మానవులు పవిత్రులు కాగలరు.

శ్లో॥ షడ్వక్త్రః కార్తికేయస్తు సర్వపాప వ్యపోహకృత్।
సప్తవక్త్రో మహాభాగో హ్యనంగనామ నామతః॥

సర్వపాపములను నాశన మొందించగలది. ఆరు ముఖములు గల కార్తికేయ సర్వరూపమగు దీనిని దక్షిణకర మందు ధరించుటవల్ల గొప్ప శక్తి సామర్థ్యములు ప్రాప్తించ గలవు. ఏడు ముఖలుగల రుద్రాక్ష "అనంగ" నామము గలది. సౌభాగ్యప్రదము. బంగారము దొంగిలించిన పాప మును ఇది పరిహరించగలదు. సాక్షాత్ గణపతి స్వరూపమైనది. ఎనిమిది ముఖములు గల్గిన రుద్రాక్ష దీనిని ధరించుట వలన సర్వ విఘ్నములు ఉపశమింపబడి కార్యానుకూలత, జయసిద్ధి, జయము కలుగగలవు. మరియు...

శ్లో॥ అన్నకూటం తులాకూటం స్వర్ణకూటం తథైవచ।
దుష్టాఽన్వయ స్త్రియం వాఽథ సంస్పృశంశ్చ
గురుస్త్రియమ్॥

అష్టముఖ రుద్రాక్షను ధరించిన వారికి అన్నవస్త్రాదులకు లోపము కలుగదు! సువర్ణాభరణములు ప్రాప్తించ గలవు!! కులముగాని స్త్రీని గురుపత్నిని తాకిన (మోహముచే) పాపము పరిహరింపబడగలదు. గణేశ స్వరూపమగు ఈ రుద్రాక్ష సర్వవిఘ్నములను, సర్వ పాపములను తొలగించుటయేగాక అంత్యమందు పరమేశ్వర సాయుజ్యమును కల్గించును.

శ్లో॥ నవవక్త్రో భైరవస్తు మమతుల్య బలో భవేత్।
భుక్తి ముక్తి ప్రదః ప్రోక్తో నవవక్త్రస్య ధారణాత్॥

భైరవ దేవాత్మకమగు తొమ్మిది ముఖముల రుద్రాక్ష ఈశ్వర తుల్యమగు బలము గలది. దీనిని ధరించుట వలన ఇహ సంబంధమగు సర్వకార్యములు నెరవేరి, అంత్యమందు ముక్తి లభించగలదు. దీనిని ఎడమ భుజమునందు ధరించుట వలన విశేష ఫలితములు ప్రాప్తించగలవు.

శ్లో॥ దశ వక్త్రస్తు దేవేశః సాక్షాద్దేవో జనార్దనః।
వక్త్రైకాదశ రుద్రాక్షో రుద్రైకాదశకం స్మృతమ్॥
ఆదిత్యాత్యోషితం నిత్యం ద్వాదశాస్యస్య ధారణాత్॥
గోమేధే చాఽశ్వమేధే చ యత్ఫలం తత్
ప్రాప్నుయాత్॥

పది ముఖములు గల రుద్రాక్ష జనార్దన స్వరూపము. దీనిని ధరించిన యెడల గ్రహ, పిశాచ, బేతాళ, బ్రహ్మ రాక్షస పన్నగాదులచే కల్గు బాధలు తొలగిపోగలవు. ఏకా దశరుద్ర స్వరూపమగు పదునొకండు ముఖములుగల రుద్రా క్షను ధరించుటవల్ల వేయి అశ్వమేధ యాగములు, నూరు వాజపేయములు, పదివేల గోదానములు చేసిన పుణ్యఫలము ప్రాప్తించగలదు. దీనిని శిరస్సున ధరించుట ఉత్తమము! పది రెండు ముఖములుగల రుద్రాక్ష "ఆదిత్యుని" స్వరూపము. దీనిని ధరించుటవల్ల ఆధివ్యాధులచేత, పశు, శత్రు, వ్యాఘ్రాదుల వలన భయము కలుగదు. అట్టివానికి ద్వాదశా దిత్యులు ప్రసన్నులై ఆరోగ్యము, భాగ్యము, నిర్భయము ననుగ్రహింతురు. మరియు అశ్వమేధ, గోమేధము లొనర్చిన పుణ్యఫలము ప్రాప్తించగలదు! ద్వాదశముఖి రుద్రాక్షను చెవియందు ధరించుట యోగ్యము. దీనిని ధరించిన వారికి ఏనుగు, గుర్రము, జింక, కుక్క, నక్క, పిల్లి, ఎలుక, గాడిద, పాము మొదలగు జంతువులను జంపిన పాపము పరిహారము కాగలదు.

శ్లో॥ వక్త్రై స్త్రయోదశో యత్ర రుద్రాక్షో యది లభ్యతే।
కార్తికేయ సమో జ్ఞేయః సర్వ కామార్థ సిద్ధిదః॥
రసో రసాయనం చైవ తస్య సర్వం స సిధ్యతి।
తస్యైవ సర్వ భోగ్యాని నాత్రకార్యా విచారణా॥
మాతరం పితరం చైవ భ్రాతరం వాని హంతియః।
ముచ్యతే సర్వపాపేభ్యో ధారణాత్తస్య షణ్ముఖ॥

పదమూడు ముఖములు గల రుద్రాక్ష లభించుట చాల దుర్లభము! పూర్వపుణ్య విశేషముచే అట్టి త్రయోదశముఖి రుద్రాక్ష లభించిన యెడల అది కార్తికేయ స్వరూపముగా దలంచవలెను. దానిని ధరించుటవలన అన్ని కోరికలు సమృద్ధిగా సిద్ధించగలవు!! రసవాద విద్యలయందు సిద్ధి నొసంగగలదు. రసాయనముగ పనిచేసి, జరను (ముసలితనము) దరిజేరనీయదు. సమస్త భోగములు అందిరాగలవు. తలిదండ్రులను, సోదరులను జంపిన పాపమును పారద్రోలును. మరియు జ్ఞానాజ్ఞానములచే ఆచరించబడు అన్ని పాపముల నుండి నరుని విముక్తుని గావించి, దుర్లభమగు మోక్షము నొసంగగలదు!!!

శ్లో॥ చతుర్దశాస్యో రుద్రాక్షో యది లభ్యేత పుత్రక।
ధారా యేత్సతతం మూర్ధ్ని తస్య పిండః శివస్య హి॥
కిం మునే బహు నోక్తేన వర్ణేన పునః పునః।
పూజ్యతే సతతం దేవైః ప్రాప్యతే చ పరాంగతిః॥

దైవాంశ గలవానికే పదునాల్గు ముఖములు గల రుద్రాక్ష లభించగలదు! అట్టి మహా మహిమాన్వితమగు చతుర్దశముఖి రుద్రాక్షను శిరమున ధరించిన మానవుడు సాక్షాత్ శివస్వరూపుడు కాగలడు. అట్టి రుద్రాక్షను ధరించిన వాని గొప్పదనము వర్ణించుట కెవరికి కాదు. అట్టి వానిని చూచి సమస్త దేవతలు నమస్కరించగలరు. అతడు సదా సురసిద్ధ మునిగణములచే పూజింపబడి, అంత్యమున పరమపదము నందగలడు.

రుద్రాక్షమాలాలక్షణము

శ్లో॥ రుద్రాక్షస్య ముఖం బ్రహ్మా బిందూ రుద్ర ఇతీరితః।
విష్ణుః పుచ్ఛం భవేచ్చైవ భోగ మోక్ష ఫలప్రదమ్॥
పంచ వింశతి భిశ్చాక్షైః పంచవక్త్రైః సకంటకైః।
షట్త్రిం వక్త్రేణ సంయోజ్య పుచ్ఛం పుచ్ఛేన
యోజయేత్॥

మేరుమూర్ధ్వ ముఖం కుర్యా త్తదూర్ధ్వం
నాగపాశకమ్।
ఏవం సంగ్రథితాం మాలాం సర్వసిద్ధి ప్రదాయినిమ్॥

రుద్రాక్ష ముఖభాగము బ్రహ్మ స్వరూపము. పై భాగము (వైశాల్యముగల భాగము) రుద్ర స్వరూపము. పుచ్ఛభాగము (వెడల్పు తక్కువగల భాగము) విష్ణు స్వరూపము. కావున ఇట్టి త్రిమూర్త్యాత్మక స్వరూపమగు రుద్రాక్ష భోగములను కలిగించి, మోక్షము నొసంగగలదు. దట్టమగు కంటకములు (గొగ్గులు) గల పంచముఖి రుద్రాక్షల నిరువదియైదు గొనివచ్చి, మాల గూర్చిన యెడల నది "పంచ ముఖ కంటకమాల" యని చెప్పబడినది. ఈ రుద్రాక్షలు ఎరుపు, తెలుపు, మిశ్రమము, లేక ఏ విధమైన వర్ణముగా నైనను నుండవచ్చును. రుద్రాక్షల యొక్క పై భాగమును పై భాగముతోను, పుచ్ఛభాగమును పుచ్ఛభాగముతోను కలిపి ఆవుతోకవలె మొదట వెడల్పుగను, తుదకు సన్నముగను మాలను నిర్మించవలెను. ఈ మాలను కూర్చుటకు బంగా

రము, వెండి, లేక ధావళికి వాడు నూలు [illegible] వలెను. మేరువుగా వేరొక రుద్రాక్షను వెడల్పుగల భాగము పైకి ఉండునట్లుగా తుది- మొదలు కలిపి, ఏర్పరచవలెను. దానిపై "నాగపాశము" అను ముడిని ఏర్పరచవలెను. ఈ విధముగా కూర్చబడిన రుద్రాక్షమాల సకల సిద్ధులను ప్రాప్తింపజేయగలదు.

రుద్రాక్షలను మొదట గంధ జలములతోను [illegible] పంచగవ్యముల తోడను, తరువాత శుద్ధ జలములతోను శుద్ధి గావించవలెను. అటు పిమ్మట మంత్రన్యాస [illegible] శివ షడంగ మంత్రముచే తాకి, కవచ మంత్రముచే [illegible] రెండు మార్లు అభిమంత్రించి మూల మంత్రన్యాస [illegible] వలెను. పిమ్మట పంచబ్రహ్మ మంత్రములతో ప్రోక్షించి [illegible] మంత్రమును 108 పర్యాయములు జపించి, [illegible] దాని యందు సదాశివుని ఆవాహన గావించి, ప్రాణప్రతిష్ఠ యొనర్చి; షోడశోపచారములచే పూజించవలెను. ఇట్లు సుసంస్కృతము గావించిన రుద్రాక్ష మాలను [illegible] కంఠమునందుగాని, చెవియందుగాని ధరించవలెను. [illegible] తల, హృదయము, బాహు, కర్ణములు రుద్రాక్షలు [illegible] ఉత్తమాంగములు. [illegible] మాలతో [illegible] జపించుచు నిత్యము ఆ మాలను ధరించు [illegible] కీర్తిప్రతిష్ఠలు కలిగి; పరమశివునికి [illegible]

దర్భముడుల మాల, గారెంపు [illegible] మాలల కంటెను రుద్రాక్షమాల [illegible]

ప్రదము. రుద్రాక్షలు శిరమందు ధరించిన కోటిరెట్లు, భుజములందు ధరించిన లక్ష కోట్లరెట్లు పుణ్యఫలము అధికముగా ప్రాప్తించగలదు. శరీరమునందు వేయి రుద్రాక్షలు ధరించిన వానికి, సర్వదేవతలు శివునికి నమస్కరించిన విధముగా నమస్కరించగలరు. మూడువందల రుద్రాక్షలు ధరించిన ముప్పదికోట్ల దేవతల అనుగ్రహము ప్రాప్తించును. అట్లు, రుద్రాక్షలు అధికసంఖ్యలో లభించని యెడల తనకు లభించిన మేరకు ధరించుట ఉత్తమము !

ముప్పదిరెండు రుద్రాక్షలు కంఠమునందు ధరించవలెను. పదహారు వంతున రెండు బాహువులయందు మొత్తం **32** ధరించవలెను. పన్నెండు పన్నెండుగా రెండు చేతులయందు **24** రుద్రాక్షలు ధరించవలెను. మూర్ధము నందు నలుబదియు, హృదయమునందు నూట ఎనిమిదియు, ఒక్కొక్క చెవియందున ఆరును, శిఖయం దొక్కటియును రుద్రాక్షలు ధరించుట శాస్త్రవిహితము. పగడములు, ముత్యములు, వైడూర్యములు, స్ఫటికములు, బంగారము, వెండి పూసలతో కలిపి రుద్రాక్షమాలను ధరించుటవల్ల శివునివలె త్రిలోకైకపూజ్యత కల్గును. రుద్రాక్షలు ధరించి మంత్రజప మొనర్చిన అనంత పుణ్యప్రదము. తలపై రుద్రాక్ష నుంచుకొని శిరఃస్నాన మాచరించు వానికి గంగాది సర్వ పుణ్యతీర్థ స్నానఫలము ప్రాప్తించగలదు. చెవి కుండలములందు, ఆభరణములందు, కిరీటమునందు, దండకడియములందు, కంకణములందు, నూపురము (మొలత్రాడు) నందు, యజ్ఞోపవీతము

[illegible]ందు రుద్రాక్షలు ధరింపవచ్చును. భోజన. [illegible], [illegible]- స్నాన సమయములందు కూడ రుద్రాక్షలు [illegible] యుండవచ్చును.

మంత్రవేత్తయు, గృహకామియునగు మనుజుడు తప్పక రుద్రాక్ష ధారణము గావింపవలెను. ఈశాన మంత్రముచే శిరమునందు, తత్పురుష మంత్రముచే [illegible]. అఘోర మంత్రముచే హృదయమునందు. [illegible] రములచే చేతులయందు, కామదేవ మంత్రముచే [illegible]. పంచబ్రహ్మ మంత్రములచే కంఠమునందు రుద్రాక్షలు [illegible] పలెను.

శ్లో॥ గ్రహణే విషువేచైవ సంక్రమే అయనే తథా
దర్శేచ పౌర్ణమాసేచ పుణ్యే షు [illegible]
రుద్రాక్షధారణా స్సద్యః సర్వపాపైః [illegible]
మద్యం మాంసం చలశునం [illegible]
శ్లేష్మాత్మకం విడ్వరాహం [illegible]

రుద్రాక్షలు ధరించుటకు గ్రహణ [illegible] కాలము, సంక్రమణము, అయనము [illegible] ఇతర పుణ్యదినములు [illegible] బడినవి. అట్టి పుణ్యదినములందు రుద్రాక్ష [illegible] యెడల సర్వపాపములు [illegible] చిన వారు మద్యము, మాంసము [illegible] కాయ, విరిగినంత అనునాది [illegible] తినకూడదు.)

శ్లో॥ స్నానే దానే జపేహోమే వైశ్వదేవే సురార్చనే।
ప్రాయశ్చిత్తే తథా శ్రాద్ధే దీక్షా కాలే విశేషతః॥
అరుద్రాక్ష ధరో భూత్వా యత్కించి
త్కర్మవైదికమ్।
కుర్వ న్విప్రస్తు మోహేన నరకా పతతి ధ్రువమ్॥

ఏ కారణముచేగాని రుద్రాక్షలు మేనదాల్చక, స్నానము, దానము, జపము, హోమము, వైశ్వదేవము, దైవపూజ, ప్రాయశ్చిత్త కర్మలు, శ్రాద్ధము, దీక్షాప్రవేశము, మొదలగు వైదిక కర్మలను నిర్వర్తించిన యెడల అట్టి మానవుడు నిశ్చయముగా నరకకూపములందు పడగలడు. తెలిసిగాని, తెలియకగాని రుద్రాక్షలు ధరించిన నరులు సర్వపాప వినిర్ముక్తులై శివసాన్నిధ్యము చేరగలరు.

శ్లో॥ రుద్రాక్షధారణం సాక్షా చ్ఛివజ్ఞాన స్యసాధనమ్।
రుద్రాక్షం య చ్ఛిఖాయాం తత్తార తత్త్వ
మితిస్మరేత్॥
కర్ణయో రుభయో బ్రహ్మన్ దేవం దేవీంచ
భావయత్॥
యజ్ఞోపవీతే వేదాంశ్చ తథాహస్తే దిశః స్మరేత్॥
కంఠే సరస్వతీం దేవీం పావకం చాపి భావయేత్॥
సర్వాశ్రమాణాం వర్ణానాం రుద్రాక్షాణాం చ
ధారయత్॥

శిఖయందు ధరించిన రుద్రాక్ష పరతత్త్వమునకు ప్రతీక. జీవుని తరింపజేయగలవు. రెండు కర్ణముల యందలి రుద్రాక్షలు ఆత్మజ్ఞాన సాధన కరములగు గౌరీ- రుద్రులుగా

భావించవలెను. యజ్ఞోపవీతమునందలి రుద్రాక్షలు వేదమంత్ర స్వరూపములు. చతుర్విధ పురుషార్థముల నొసంగగలవు. హస్తము (కరములు) లందలి రుద్రాక్షలు దిశాస్వరూపములై సర్వత్ర రక్షణ నీయగలవు. కంఠము నందలి రుద్రాక్షలు సరస్వతీ, అగ్ని స్వరూపములు. విద్యాపాండిత్య రూపా రోగ్య సదాచార శ్రద్ధా సద్బుద్ధుల నొసంగును.

శ్లో॥ శ్రద్ధా న జాయతే సాక్షాద్వేదసిద్ధే ముక్తిదే॥
బహూనాం జన్మనామంతే మహాదేవ ప్రసాదతః॥
రుద్రాక్ష ధారణే వాంఛా స్వభావాదేవ జాయతే।
రుద్రాక్షస్యతు మాహాత్మ్యం జాబాలైరాదరేణతు॥

వేదప్రసిద్ధము, ముక్తిప్రదము నగు రుద్రాక్ష ధారణము నందు ఒకేసారి మనసు నిలువదు. ఎన్నోకోట్ల జన్మల తరువాత ఆయా జన్మల యందలి పుణ్యఫల విశేషమువలన పరమేశ్వరానుగ్రహము కల్గిన వారికి మాత్రమే రుద్రాక్ష ధారణయందాసక్తి కల్గును. అట్టి రుద్రాక్షల యొక్క మహాత్మ్యమును గురించి జాబాలి మహర్షి ప్రోక్తమగు జాబాలోపనిషత్" అనేక మహత్తర విషయములను తెల్పు చున్నది. అట్టి జాబాలోపనిషత్‌ను అనేకులు మహర్షులు. దడకు ఈశ్వరుడు కూడ పఠింపుచున్నాడు.

ఓం తత్సత్

ఓమ్

యజ్ఞోపవీతధారణ విధి

ఉపనయన కర్మచే యజ్ఞోపవీత ధారణ కల్గుచున్నది. ఇది గాయత్రికి ప్రతిరూపము. ఈ యజ్ఞోపవీతము ప్రత్తిచే నూలు వడుకబడి, ఆ నూలును మూడు పోగులుగా పురి వేసిన యెడల ఒక సూత్రము ఏర్పడగలదు. అట్టి సూత్రములు మూడు కలిపి ముడివేసిన అది ఒక యజ్ఞోపవీతము. బ్రహ్మచారులు ఒక యజ్ఞోపవీతమును ధరించవలెను. గృహస్థులు రెండు ధరించవలెను. మరియు ఉత్తరీయార్థ మొకటి అదనముగా ధరించు సంప్రదాయము కలదు. కావున గృహస్థులైన వారు 3 యజ్ఞోపవీతములు ధరించవలెను. సంప్రదాయ భేదములచే కొందరు వారి ప్రవర యందలి ఋషులెందరో, అన్ని యజ్ఞోపవీతములు ధరించుట కలదు.

యజ్ఞోపవీతములను వేదవిదులగువారు వేదపారాయణ గావింపుచు ప్రత్తిచే వడుకుచు తయారుచేసెదరు. అట్టి యజ్ఞోపవీతములు బహుశ్రేష్ఠమైనవి. సదాచార పరులచే వడకబడిన యజ్ఞోపవీతములు మధ్యమములు. ఆచార విహీనులచేత, హీనకులజులచేత వడుకబడినవి, యంత్రముల ద్వారా తయారుకాబడినవి, వీధి దుకాణములందు అమ్మబడు యజ్ఞోపవీతములు అధమములుగ గుర్తించవలెను. పూర్వ యజ్ఞోపవీతము జీర్ణమైనప్పుడు జాతాశౌచ, మృతాశౌచములు తీరిన

పిమ్మటను, శవమువెంట వెళ్ళి వచ్చినను, శవమును మోసినను, ఋతుమతులైన (ముట్టు) స్త్రీలను తాకినను. ప్రతి దీక్షలయందు పూర్వ యజ్ఞోపవీతమును పరిత్యజించవలెను. కాబట్టి నూతన యజ్ఞోపవీతమును ధరించవలెను. నైమిత్తికములతో నిమిత్తము లేకయే ప్రతి సంవత్సరము శ్రావణ శుద్ధ పూర్ణిమనాడు నూతన యజ్ఞోపవీతమును ధరించవలెను.

యజ్ఞోపవీత ధారణ

ఆచమనము గావించి సంకల్పమును చేసిన పిదప శ్రీ పరమేశ్వర ముద్దిస్య పరమేశ్వర ప్రీత్యర్థం మమ శ్రౌత స్మార్త నిత్య నైమిత్తిక కర్మానుష్ఠానాధికార సిద్ధ్యర్థం నూతన యజ్ఞోపవీత ధారణం కరిష్యే॥ అని [illegible] వలెను.

యజ్ఞోపవీతమునకు పసుపు రాసి, [illegible] ఉంచి, ప్రాణప్రతిష్ఠ యొనర్చవలెను. అనగా యజ్ఞోపవీతముపై తన కుడి హస్తమునుంచి, ఈ క్రింది మంత్రములు పఠించవలెను.

మంత్రం॥ ఓం అసునీతే పునరస్మాసు చక్షుః పునః ప్రాణ
మిహనో ధేహి భోగం జ్యోక్పశ్యేమ సూర్య
ముచ్చరంత మనుమతే మృడయా నః స్వస్తి॥
అమృతం వై ప్రాణా అమృత మాపః ప్రాణానేవ
యథాస్థాన ముపహ్వ[illegible]

ప్రాణ, ఇహప్రాణ, జీవ, ఇహ జీవ ఇహైవాగత్య
అస్మిన్ సూత్రే సుఖం చిరం
తిష్ఠతు స్వాహా॥
ఓం భూర్భు వస్సువః ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య
ధీమహి
ధియోయోనః ప్రచోదయాత్॥ (ఈ గాయత్రీ మంత్రము పదిమార్లు ఉచ్చరించిన పిమ్మట తిరిగి ఆచమనము గావించి ఒక యజ్ఞోపవీతమును ఈ క్రింది మంత్రమును స్మరింపుచు ధరించవలెను.)

మం॥ ఓం యజ్ఞోపవీతం పరమం పవిత్రం।
ప్రజాపతేర్య స్సహజం
పురస్తాత్। ఆయుష్య మగ్రియం ప్రతి ముఞ్చ
శుభ్రం।
యజ్ఞోపవీతం బలమస్తు తేజః॥
(మంత్రస్వరములు తెలుసుకొనవలెను)

తిరిగి ఆచమనము చేసి, పై విధముగనే రెండవ యజ్ఞోపవీతమును, మరల ఆచమనము చేసి, మూడవ యజ్ఞోపవీతమును ధరించి, స్మృత్యాచమనము గావించి; గాయత్రీ మంత్రమును యథాశక్తి జపించిన తరువాత పూర్వము గల (ప్రాతది) యజ్ఞోపవీతమును ఈ క్రింది మంత్రమును స్మరింపుచు తీసివేయవలెను.

శ్లో॥ ఉపవీతం భిన్నతంతుం జీర్ణం కశ్మల దూషితం।
విసృజామి యశో బ్రహ్మ వర్చో దీర్ఘాయురస్తు మే॥

యజ్ఞోపవీతం హుత జీర్ణ వంతం।
వేదాంత వేద్యం పరబ్రహ్మ రూపం।

జీర్ణోపవీతం విసృజస్తు తేజః। (తీసివేసిన యజ్ఞోపవీతమును నీటిచే తడిపి, కనుల కద్దుకొని, ఎవ్వరును త్రొక్కని చోట నుంచవలెను. తిరిగి ఆచమనము చేయవలెను.

గురుధ్యానమ్

శ్లో॥ గురుర్బ్రహ్మ గురుర్విష్ణు ర్గురుర్దేవో మహేశ్వరః।
గురు సాక్షా త్పరబ్రహ్మ తస్మై శ్రీ గురవే నమః॥
అఖణ్డ మణ్డలాకారం వ్యాప్తం యేన చరాచరం.
తత్పదం దర్శితం యేన తస్మై శ్రీగురవేనమః॥
సచ్చిదానన్ద రూపాయ శఙ్కరాయ మహాత్మనే।
కైవల్య కలనా కల్పతరవే గురవే నమః॥

ఓం నమో బ్రహ్మ విద్భ్యో బ్రహ్మవిద్యా సంప్రదాయ కర్తృభ్యో వంశఋషిభ్యోనమో గురుభ్యః॥ ఓం పరమేష్ఠి గురుభ్యోనమః। ఓం పరమ గురుభ్యోనమః। ఓం గురుభ్యో నమః॥ (అజ్ఞానమనే తమస్సును పారద్రోలుటకు... జ్ఞానమనే జ్యోతిని వెలిగించువాడు గురువు! అట్టి గురు చరణములను స్మరించుట మంగళదాయకము. అన్ని కర్మారంభములందు ఈ గురుధ్యానము తప్పక ఆచరణీయము.)

సూర్యనమస్కారములు

సూర్య మంత్రం

ఓం భాస్కరాయ విద్మహే। మహాద్ద్యుతికరాయ
ధీమహి।

తన్నో ఆదిత్యః ప్రచోదయాత్॥

(సూర్యగాయత్రి జపించవలెను. పిమ్మట సూర్యాభిముఖులై యుండి, సూర్య నమస్కారములు గావించవలెను. ప్రతిదినము 24 నమస్కారములు గావించుట మంచిది.)

శ్లో॥ వినతా తనయో దేవః కర్మసాక్షీ సురేశ్వరః।
సప్తాశ్వ స్సప్తరజ్జుశ్చ అరుణోమే ప్రసీదతు॥
మిత్ర, రవి, సూర్య, భాను, ఖగ, పూష, హిరణ్య
గర్భ, మరీచ।
ఆదిత్య, సవిత్ర, అర్క, భాస్కరేభ్యోనమః
ప్రదక్షిణ నమస్కారం సమర్పయామి॥

(ఈ ప్రకారం పఠింపుచు ప్రతిమారు ప్రదక్షిణము గావించి, సాష్టాంగ నమస్కారమొనర్పవలెను.)

అర్ఘ్యం

శ్లో॥ నమ స్సవిత్రే జగదేక చక్షుషే।
జగత్ప్రసూతి స్థితినాశ హేతవే॥
త్రయీమయాయ త్రిగుణాత్మ ధారిణే।
విరించి నారాయణ శంకరాత్మనే॥

శ్రీ ఉషా సంజ్ఞా ఛాయా సమేత సూర్యనారాయణ పరబ్రహ్మణే నమః ఇద మర్ఘ్యం సమర్పయామి॥

(దోసిలి నిండుగా జలములు గైకొని పై విధముగ చెప్పుచు మూడుమార్లు అర్ఘ్య మొసంగవలెను.)

ధ్యానం

శ్లో॥ ధ్యేయ స్సదా సవితృమండలమధ్యవర్తీ।
నారాయణ స్సరసిజాసనసన్నివిష్టః।
కేయూరవా న్మకరకుండలవాన్ కిరీటీ।
హారీ హిరణ్మయవపు ర్ధృతశంఖచక్రః॥

శ్లో॥ ఉదయం బ్రహ్మస్వరూపం। మధ్యాహ్నేంతు మహేశ్వరః।
అస్తమానే స్వయం విష్ణుః। త్రిమూర్తిశ్చ దివాకరః॥

(ప్రతిదినము సూర్యనమస్కారము చేయుటవల్ల ఆరోగ్య భాగ్యములు, యశస్సంపదలు ప్రాప్తించగలవు. ఇది యుక్త విధానము.)

ఆచారముఖ్యాంశములు

వివరణ

1. నిత్యనైమిత్తిక కర్మలయందు ఆచమన భేదములు మూడు గలవు. అందు 1) శ్రౌతాచమనము [శ్రౌతాచమనము] 2) స్మార్తాచమనము. 3) పురాణాచమనము. వీనిని ఉపయోగించు విధానము పెద్దల ద్వారా తెలియవలెను.)

2. పీటపై కూర్చుండి, పాదములు నేలమీదనుంచి, మోకాళ్ళలోపల చేతుల నుంచి, ఆచమనము చేయవలెను. ఇతర విధములుగా చేయరాదు !

3. ఆచమనము చేయునప్పుడు కుడిచేతి ఉంగరపు వ్రేలికి సువర్ణ పవిత్రము (దర్భముడి ఉంగరము) గాని, దర్భలచే చేయబడిన పవిత్రముగాని యుండవలెను. అట్లుగాక ఆచమన మొనర్చరాదు !

4. కౌపీనయుతముగా వస్త్రము ధరించి, సిగ (జుట్టు) ముడి వైచుకొని, జందెము ఎడమ భుజముపై నుండునట్లుగా (ఉపవీతిగా) నుంచి, శరీర వికారములు లేక, మౌనియై; ఏకాగ్రచిత్తముతో ఆచమనము గావింపవలెనని ధర్మములు చెప్పుచున్నవి.

5. తడివస్త్రములు ధరించియు, గోచి లేకుండగను, జుట్టు విరియబోసికొనియు, నిలువబడియు, భస్మము లేక జలతిలకమును ధరింపకుండగను; ఆచమనము గావించిన నరకము కల్గును.

6. అరచేతిని గోకర్ణాకృతిగనుంచి, అందు మినపగింజ మునుగునంతటి జలమును గైకొని, ఆచమనము చేయవలెను. అంతకు హెచ్చుతగ్గులున్న ఆ జలము సురాపానముతో సమమగును.

7. శ్వాసను, జీవశక్తిని ఒక పరిమితిలో నియమించుటయే ప్రాణాయామ మనబడును.

8. వెలిగాలిని లోపలికి పీల్చుట- పూరకము, పీల్చిన

గాలిని లోపల బంధించియుంచుట- కుంభకము. తిరిగి లోపలిగాలిని బైటికి వదలుట- రేచకము !

9. ప్రాణాయామ మొనర్చునప్పుడు శిరస్సు, కంఠము, వెన్నుపూస నిటారుగా నుండవలెను. లేకున్న అపాయము సంభవించు అవకాశము కలదు.

10. ప్రాణాయామము చేయక ఆచరించు కర్మలు ఫలింపనేరవు !

11. సంకల్పము

అ) మహాసంకల్పము : దీనిని కన్యాదానాది విశేష కర్మల యందు పఠింతురు.

ఆ) ప్రధాన సంకల్పము : కర్మారంభమునందు ఆ కర్మ యొక్క స్వరూప స్వభావములు, కర్త, కర్మ, క్రియలు మొదలగునవి సూచించబడుచు పఠించునది.

ఇ) లఘు సంకల్పము : ఒకే కర్మయందు కలుగు విభిన్నములగు ఇతర ఉపకర్మల నుద్దేశించి పఠించునది.

12. ప్రాతఃకాలమునందు శరీర శుద్ధికై స్నానమాచరించవలెను. ఈ ప్రాతః స్నానము చేయని యెడల సంధ్యా జప హోమాది కార్యములు నాచరించుటకనర్హుడు.

13. ప్రవాహ జలములందు (నదులు) స్నానమాచరించుట ఉత్తమము. చెరువులు, దేవఖాతములు (కోనేరు) యందు స్నానము మధ్యమము. [illegible]

యంచలి నీటిచే స్నానము అధమము. ఖాండములందలి నీటిచే స్నానమొనర్చుట అధమాధమము.

14. బ్రహ్మచారులు దినమున కొక్కమారు, వానప్రస్థులు రెండుమార్లు (ఉదయం, సాయంకాలం), గృహస్థులు మూడుసార్లు (ఉద॥ మధ్యా॥ సాయం॥) స్నానమాచరించవలెను.

15. గృహస్థు ఉదయం దేవతల ప్రీతి కొరకు, మధ్యాహ్నం పితృ ప్రీతికొరకు, సాయంకాలం ఆయుర్వృద్ధి కొరకు స్నానమాచరించవలెను.

16. నాభి (బొడ్డు) లోతుగల జలములందు నిలచి, పంచాంగములతో కూడిన స్నానము చేయవలెను. [1) సంకల్పము 2) సూక్తపఠనము 3) మార్జనము 4) అఘమర్షణము 5) దేవాది తర్పణము అనునవి పంచాంగములు.]

17. ప్రవాహమున కెదురుగా నిలచి ప్రాతః స్నానము, సూర్యుని కెదురు నిలచి మధ్యాహ్న స్నానము, తూర్పు- ఉత్తర ముఖములు కల్గి రాత్రి స్నానము నాచరింపవలెను.

18. వ్యాధి పీడితులగు వారికి, జవసత్వము లుడిగి, అశక్తులై యున్నవారికి ఈ నియమములతో పని లేదు. వారు యథాశక్తి- యథా సంభవమగు స్నానము గావింపవచ్చును!

19. దశవిధ స్నానములు తెలుపబడినవి :

అ) నదీజల స్నానము.

ఆ) మంత్ర స్నానము [మార్జన మంత్రములచే మార్జన జరుపుకొనుట.]

ఇ) పార్థివస్నానము [పవిత్ర ప్రదేశము లందలి మృత్తికను దేహమునకు పూసికొనుట.]

ఈ) ఆగ్నేయ స్నానము ["త్ర్యాయుషం జమదగ్నేః" అను మంత్రములచే భస్మమును ఒడలినిండా పూసికొనుట.]

ఉ) వాయవ్యస్నానము- [గోవుల గిట్టలచే వెలువడిన ధూళిని ఒడలికి పూసికొనుట.]

ఊ) దివ్యస్నానము : [ఉత్తరాయణంలో ఎండ కాయు చున్నప్పుడు వర్షము కురిసిన యెడల ఆ వర్షమునందు స్నానమాచరించుట.]

ఋ) సారస్వత స్నానము : [వేదవేత్తలగు పండితులచే "నీవు స్నాతుడవైతివి!" అని చెప్పబడుట.]

ౠ) మానస స్నానము : [నిర్మల చిత్తముతో భగవంతుని ధ్యానించుట.]

ఌ) ధ్యాన స్నానము : [విష్ణు లేక [illegible] గాని, తులసీ మిశ్రితజలములచేగాని ప్రోక్షించుకొనుట.]

ౡ) కపిల స్నానము : [తడిగుడ్డచే దేహమును తుడుచు కొనుట.]

20. స్నానము చేసిన వస్త్రముతో దేహము తుడుచుకొన రాదు ! వేరొక వస్త్రముతో [illegible]

21. స్నానముచేసి, బట్టలు ధరించిన తరువాత జుట్టునుండి నీరు కారిన దరిద్రహేతువు.

22. సముద్రమును యెల్లవేళలయందు తాకకూడదు! కేవలం పర్వదినములందు మాత్రమే సముద్రస్నాన మాచరించవలెను.

[ఈ నియమము సేతుబంధనమందు లేదు.]

23. స్నానానంతరము జలముచేత ఊర్ధ్వపుండ్రమును ధరించవలెను. సంధ్యయందలి అర్ఘ్య ప్రదానము తరువాత పవిత్ర మృత్తికచే ఊర్ధ్వపుండ్రమును ధరించి; ఔపాసన, హోమానంతరము భస్మధారణ చేయవలెను. భోజన సమయమందు గంధాక్షతలు, కుంకుమాదులు ధరించవలెను.

24. గృహస్థు మూడు కాలములందు భస్మమును జల యుక్తముగ ధరించవలెను. యతులు [సన్యాసులు], స్త్రీలు, అన్ని వేళలయందు; గృహస్థు పర్వకాలముల యందు; భస్మమును జలరహితముగ గ్రహించవలెను.

25. పగటికి, రాత్రికి మధ్యగల కాలమునకు 'సంధ్య'యని పేరు. ఈ సంధ్యయం దుపాసింపబడి; నమస్కరింప బడు దేవత- "సంధ్యాదేవత".

26. సంధ్యావందనము చేయనివాడెంత పండితుడైనను అశుచిప్రదుడు! ఆతడన్ని కర్మలకు అనర్హుడు!! సంధ్యావందన మాచరింపకచేయు ఏ కర్మమైనను ఫలితము నొసంగజాలదు. సంధ్యావందన మాచరింపని దోషము నరకమును కలిగించును!!!

27. సంధ్యా వందనమనగానేమియో తెలియనివారు, తెలిసియు సంధ్య వార్చనివారు చండాల సమానులు! వారు మరు జన్మమందు కుక్కలై పుట్టగలరు.

28. ప్రాతఃకాల సంధ్యావందనము : తెల్లవారుటకు ముందు బాగుగా నక్షత్రములు కనుపించునప్పుడు ఆచరించవలెను. ఇది ఉత్తమ పద్ధతి! నక్షత్రములు అస్తమించు నపుడు చేయుట మధ్యమము. సూర్యోదయమైన తరువాత చేయుట అధమము.

29. మాధ్యాహ్నిక సంధ్యను- మధ్యాహ్న కాలమునకు (పగటి మధ్యభాగము)3 గంటలు ముందుగా చేయుట మధ్యమము! మధ్యాహ్నము అయిన పిమ్మట చేయుట ఉత్తమము!! మధ్యాహ్నము దాటిన తరువాత 3 గంటలకు పైన చేయుట అధమము.

30. సాయం సంధ్యను సూర్యుడు సగం అస్తమించు చుండగా చేయుట ఉత్తమము! సూర్యుడు అస్తమించినను నక్షత్రములు రాకముందు చేయుట మధ్యమము. నక్షత్రములు ఉదయించిన తరువాత చేయుట అధమము.

31. దేవతలు, అగ్ని, బ్రాహ్మణులు- వీరికి సంబంధించిన గొప్ప కార్యములు నిర్వహించునప్పుడు సంధ్యాకాలము దాటినను దోషము లేదు.

32. మార్గమధ్యమందు సంధ్యా సమయము సంభవించి;

జలము, తగిన వసతులు లభించకున్న మానసికముగ సంధ్యావందన మొనర్చవలెను.

33. జాతశౌచ, మృతాశౌచములందు కూడ సంధ్యను మానరాదు ! అట్టి సమయములందు అర్ఘ్య ప్రదానము వరకు మంత్రములు పఠించి; తదుపరి విధానమును మానసికముగ స్మరించవలెను.

34. కాలము దాటిన పిదప సంధ్యావందనము చేయు నప్పుడు కాలాతిక్రమణ ప్రాయశ్చిత్తార్థముగా నాలుగు పర్యాయములు అర్ఘ్య మొసంగవలెను.

35. మాధ్యాహ్నిక సంధ్యయందు "హగ్ం సశ్శుచిష" అను మంత్రమును, గాయత్రీ మంత్రమును పలికి ఒక అర్ఘ్యము, కేవల గాయత్రీ మంత్రముచే రెండర్ఘ్యములు నీయవలెను.

36. ప్రాతస్సంధ్యయందు తూర్పునకు తిరిగి నిలబడి; అర్ఘ్య మొసంగవలెను. మధ్యాహ్న కాలమునందు సూర్యాభిముఖుడై నిలబడి; అర్ఘ్యము నీయవలెను. సాయంకాలమునందు పడమర ముఖముగా సూర్యుని అర్ఘ్యము నొసంగవలెను.

37. కొందరు పండితులు మూడువేళలయందు తూర్పు ముఖముగానే అర్ఘ్యమీయవలెనని; నిర్ణయించినారు.

38. ప్రాతఃకాలమునందు అర్ఘ్యమును జలమునందు విడువ వలయును. మధ్యాహ్న సాయంకాలములందు ఉచిత మగు పాత్రయందు వదలవలెను.

39. "ఉద్యన్తమ స్తం" అను మంత్రముచే ప్ర[illegible] మును నిలబడియే ఒసంగవలెను.

40. సంధ్యావన్దనమునందు అర్ఘ్య ప్రదానము, గాయత్రీ జపము, సూర్యోపస్థానము ప్రధాన కర్మలుగా నిర్దేశింప బడినవి.

41. గాయత్రీ మహామంత్రమును ప్రాతఃకాలమునందు నిలబడి జపించవలెనని శాస్త్రములు చెప్పుచున్నవి. సాయంకాలములందు కూర్చుండి జపించవలెను. మధ్యాహ్న విషయము ప్ర[illegible] నిలబడి జపించుటయే ఉత్తమము.

42. సంపుటా, ఏకా, షడోంకార యను భేదములు గాయత్రి యందు గలవు. ఇవి వర్ణాశ్రమ విభాగముల [illegible] కేర్పరుపబడినవి. ఇందు... 'షట్' అనబడు గాయత్రిని అనగా మొదటి ప్రణవము (ఓం) [illegible] పిదప వ్యాహృతీ త్రయములు [illegible] మూడు [illegible]తో అలరారు గాయత్రీ మంత్రమును గృహస్థులు బ్రహ్మచారులు జపించవలెను. ప్రణవాంతమగు మంత్రము ఇతర ఆశ్రమవాసులకు చెప్పబడినది.

43. మానసిక - ఉపాంశు - వాచికములని [illegible] మూడు విధములు. అందు ప్రతి [illegible] స్వరూప తత్త్వములను, తదర్థములను [illegible]చుచు, జపము సల్పుట మానసికము. [illegible]ము. మంత్రమును మనస్సునందే [illegible]చుట

ఉత్తమము. తనకు మాత్రమే వినిపించు విధముగా...
పెదవులు కదల్చుచు; జపించుట ఉపాంశువు-
మధ్యమము. అందరికీ వినిపించు విధముగా మంత్రము
నుచ్చరింపుచు జపించుట; అధమము.

44. గాయత్రీ మంత్రమును ప్రతి సంధ్యయందు గృహస్థ-బ్రహ్మచారులు 108 పర్యాయములు జపించవలెను. అవకాశము లేనప్పుడు 28 మార్లుగాని, తుదకు పది పర్యాయములుగాని గాయత్రిని జపించవలెను.

45. లెక్కింపకుండ మంత్రమును జపించిన నిష్ఫలము కాగలదు. కావున గాయత్రీ మంత్రమును కరమాలచే జపించవలెను. సంధ్యయందు జపించుటకు కరమాలయే ప్రశస్తము.

46. కుడిచేతి యందలి ఉంగరపువ్రేలి (అనామిక) మధ్య కణుపు, దాని క్రింది కణుపు, చిటికన వ్రేలి క్రింది, మధ్య, చివరి కణుపులు, ఉంగరపువ్రేలి చివరి (పైది) కణుపు, మధ్యవ్రేలి పైకణుపు, చూపుడు వ్రేలి పై కణుపు, మధ్య, క్రింది కణుపులు : ఈ పదియు కలిసి 'కరమాల' కాగలదు.

47. గాయత్రిని కరమాలచే జపించునపుడు ఆ చేతిపై ఒక వస్త్రమును కప్పి; జపించవలెను.

48. ప్రాతఃకాలమందు జపమాలయగు చేతిని భ్రూమధ్యము నకు సమముగాను, మధ్యాహ్నమందు హృదయము

నకు సమముగాను, సాయంకాలమందు నాభికి సమము గాను ఉంచి జపించవలెను.

49. గాయత్రిని జపించునప్పుడు నిశ్చలత్వము, ఏకాగ్రత, మౌనము చాల ముఖ్యములు.

50. గాయత్రీ జప సమయమందు- తల్లి, [illegible] బ్రాహ్మ ణోత్తముడు ఆకస్మికముగా నేతెంచిన [illegible] మినహా మరెవ్వరితోడను మాట్లాడరాదు.

51. గాయత్రీ జప ప్రారంభమున 24 ముద్రలు, అంత్య మున 8 ముద్రలు- కలవు. వీటిని ప్రదర్శించవలెనని సూచింపబడినది. వైదిక సంప్రదాయమందు [illegible] కనిపించుటలేదు. వీటిని ప్రదర్శించనందున దోషము లేదు.

52. ఊర్ధ్వపుండ్రములు (నిలువు నామములు), త్రిపుండ్ర ములు (అడ్డరేఖలు): స్మార్తులగువారు ధరించవలెను.

53. శుద్ధమైన మృత్తిక (గంగానది [illegible]) చేత, నీటిచేత ఊర్ధ్వపుండ్రములు ధరించవలెను.

54. భస్మముచేత త్రిపుండ్రములు ధరించవలెను.

55. స్నానానంతరము జలముచేత ఊర్ధ్వపుండ్ర ధరించి, సన్ధ్యావందనము ప్రారంభించి [illegible] నము వరకుచేసి, తరువాత మృత్తికచే ఊర్ధ్వపుండ్ర మును ధరించి, [illegible] నిర్వర్తించిన పిమ్మట [illegible] ధరించవలెను. దేవతార్చన [illegible]

భోజనాత్పూర్వము గంధాక్షతధారణ గావించవలెను. భోజనముచేసి కుంకుమాదులు ధరించవలెను.

56. సుమంగళియగు స్త్రీకూడ భస్మమును ధరించవచ్చును.

57. గృహస్థు అగువాడు భస్మమునందు జలము కలిపి, ధరించవలెను. రాత్రి వేళలందు జలరహితముగ భస్మమును ధరించుట శ్రేష్ఠము.

58. పర్వకాలములందుకూడ గృహస్థు జలరహిత భస్మమునే ధరించవలెను.

59. స్త్రీలు, యతులు యెల్లకాలములందు జలరహిత భస్మమునే ధరించవలెను.

60. భస్మముచేత ఊర్ధ్వపుండ్రమును, మృత్తిక చేత త్రిపుండ్రమును ధరించకూడదు!

61. శ్వేతవర్ణముగల మృత్తికచే గాని, లేక గోపీచందనముచేగాని ఊర్ధ్వపుండ్రమును ధరించవలెను.

62. గృహస్థులు లలాటము, ఉదరము, హృదయము, కంఠము, పొట్టకు కుడి ప్రక్కన, ఎడమ ప్రక్కన, కుడి యెడమ బాహువులందు, ఇరుస్కంధములందు, మెడయందు, వీపునందు (ద్వాదశస్థలములు) ఊర్ధ్వపుండ్రములు ధరించవలెను.

63. వానప్రస్థులు, బ్రహ్మచారులు మాత్రము పంచస్థలములు అనగా లలాటము, కంఠము, హృదయము, రెండు బాహువులయందును ఊర్ధ్వపుండ్రములు ధరించవలెను.

64. స్త్రీలు భ్రూమధ్య స్థానమునందు, కంఠమునందు ధరించవలెను.

65. భస్మముచే త్రిపుండ్రములు ధరించుటకు శిరము, మూర్ధ్ని, లలాటము, నేత్రములు, చెవులు, కంఠము, మెడ, బాహువులు, దండలు, ముంజేతులు, మోచేతి సంధులు, వక్షస్థలము, హృదయము, పొట్ట, ప్రక్కలు, వీపు అను అవయవములు యోగ్యస్థానములు.

66. రుద్రాక్షలను సర్వకాల సర్వావస్థలయందును శరీరమున ధరించవచ్చును.

67. ధరించిన రుద్రాక్షమాలలచే గాయత్రి మొదలగు మహామంత్రములు చేయకూడదు !

68. శ్రాద్ధ కర్మలయందు మాత్రము రుద్రాక్షలు ధరించకూడదు !

69. రుద్రాక్షలను దానమొసంగుట అనంత పుణ్యఫలదాయకము.

70. యజ్ఞోపవీతము లేనివారు తాత్కాలికముగ తమ ఉత్తరీయమును యజ్ఞోపవీతముగ ధరించి ఆచారకర్మల నాచరించవలెను.

ఓం తత్సత్ !